

INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial número 15018
publicado en el Diario Oficial de la Federación el 29 de noviembre de 1976



Trabajo de Obtención de Grado

**Vivencia sobre el propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce la profesión de
psicoterapeuta**

Que para obtener el Grado de Maestra en Psicoterapia

Maestría en Psicoterapia

Presenta:

Lic. Beatriz Adriana Martínez Domínguez

Asesor:

Dr. Salvador Moreno López

Tlaquepaque, Jalisco a 1 de septiembre de 2015

DEDICATORIA

A mi padre, quien me enseñó el amor a los libros, fuente inagotable de libertad y conocimiento.

A mi madre, quien encontró en la psicoterapia nuevas posibilidades de desarrollo.

A mis hermanos, Fernando, Daniel, Jaime, Gisela y Anais. Por la dedicación y ética que ponen en todo lo que hacen. Sumo aquí además, a Chuyita. Los quiero y admiro.

A Isabel, Daniela, Lilia y Kanon por ser el motor que nos impulsa a ser mejores.

A mi amiga Eréndira, por su mirada comprometida, inteligente, amorosa y empática. Bálsamo para las heridas.

A mis compañeros y amigos, Fer, Sergio, Graciela, Ileana y Martha, por las coincidencias sobre el aprecio por la dignidad humana.

A Salvador Moreno López, por su acompañamiento y guía.

A Jorge González García, mi profesor y amigo, por impulsar en sus alumnos el espíritu de superación con firmeza y calidez, por brindarme su mano amiga. Una feliz coincidencia.

A Eva del Carmen Guzmán Mena, por acompañarme cálida, paciente y generosamente en mi viaje a Ítaca, lleno de aventuras, lleno de experiencias. Comprendo cada día más qué significan las Ítacas.

A todos los psicoterapeutas que guiados por la autoconciencia y la autorresponsabilidad, no sucumben ante la ilusión del poder, la superioridad o la indiferencia, y exploran su realidad humana, hipercompleja, errática, falible, finita, carente, limitada y necesitada de otros. A quienes colocan en el centro de sus reflexiones y acciones al ser humano y su dignidad. A quienes construyen desde parámetros genuinamente humanos: conocimiento, cuidado, respeto y responsabilidad por el otro, un humanismo real.

Hablar de humanismo y negar a los hombres, es una mentira.

Paulo Freire

ÍNDICE

Dedicatoria.....	2
Índice.....	3
Preámbulo.....	4
Introducción.....	5
Capítulo 1. Justificación.....	11
Capítulo 2. Revisión de la literatura.....	21
• 2.1. El requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: la visión de los formadores.....	21
• 2.2. Fenomenología filosófica y psicología fenomenológica.....	71
• 2.3. El método fenomenológico y su adaptación al campo de la psicología fenomenológica.....	96
• 2.4. Sobre la vivencia.....	107
• 2.5. El ser humano que es psicoterapeuta.....	125
Capítulo 3. Establecimiento del problema.....	141
Capítulo 4. Metodología.....	145
Capítulo 5. Presentación de resultados y discusión.....	157
Capítulo 6. Conclusiones y reflexión final.....	253
Referencias bibliográficas.....	266
Anexos.....	280

PREÁMBULO

Rayuela. Capítulo 84. (Fragmento)

Julio Cortázar (1963)

Vagando por el Quai de Célestins piso unas hojas secas y cuando levanto una y la miro bien la veo llena de polvo de oro viejo, con por debajo unas tierras profundas como el perfume musgoso que se me pega en la mano. Por todo eso traigo las hojas a mi pieza y las sujeto en la pantalla de una lámpara. Viene Ossip, se queda dos horas y ni siquiera mira la lámpara. Al otro día aparece Etienne, y todavía con la boina en la mano, Disdonc, c'estépatant, ça!, y levanta la lámpara, estudia las hojas, se entusiasma, Durero, las nervaduras, etcétera.

Una misma situación, dos versiones... Me quedo pensando en todas las hojas que no veré yo, el juntador de hojas secas, en tantas cosas que habrá en el aire y que no ven estos ojos, pobres murciélagos de novelas y cines y flores disecadas. Por todos lados habrá lámparas, habrá hojas que no veré.

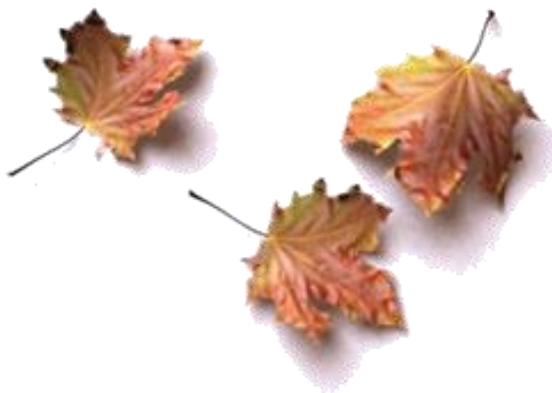
Y así, de feuille en aiguille, pienso en esos estados excepcionales en que por un instante se adivinan las hojas y las lámparas invisibles, se las siente en un aire que está fuera del espacio. Es muy simple, toda exaltación o depresión me empuja a un estado propicio a

lo llamaré paravisiones

es decir (lo malo es eso, decirlo)

una aptitud instantánea para salirme, para de pronto desde fuera aprehenderme, o de dentro pero en otro plano,

como si yo fuera alguien que me está mirando **(mejor todavía —porque en realidad, no me veo— :como alguien que me está viviendo).**



INTRODUCCIÓN

“Entre veinte minutos de paseo a pie por una calle de París y la más larga y minuciosa colección de fotografías, hay un abismo. La una es una mera idea, una representación, un concepto, una elaboración intelectual; mientras que la otra es ponerse uno realmente en presencia del objeto, esto es: vivirlo, vivir con él; tenerlo propia y realmente en la vida; no el concepto que lo substituya; no la fotografía que lo substituya; no el plano, no el esquema que lo substituya, sino él mismo”.

Manuel García Morente (1980)

Quiero dar paso a la presentación de este Trabajo de Obtención de Grado, a través de una vivencia respecto a mi afición por el arte. Buchholz (2005), escribe que la Mona Lisa, es sin lugar a dudas el cuadro más famoso de Leonardo da Vinci y una de las obras de arte más conocidas del mundo. Resulta difícil encontrar a alguien que no haya visto la pintura. La Gioconda ha sido imitada, copiada, modificada, e incluso caricaturizada, en innumerables ocasiones. Su culto alcanzó su punto culminante en 1911, el día en que un obrero italiano robó el cuadro del Louvre. El robo y la espectacular recuperación de la pintura llenaron los periódicos de todo el mundo. Por otro lado Bayle (2001), menciona, que la pincelada es fina y sutil: no hay marcas de ella. El horizonte, colocado muy alto, se abre sobre un paisaje donde se funden agua, tierra y aire, y donde los diferentes planos se suceden gracias a la perspectiva aérea: en la medida que las cosas se alejan, los colores cambian y pasan de la gama de los rojos a una paleta más azulada. Fue víctima de una agresión en 1956, y es objeto de numerosas variaciones por parte de los artistas del siglo XX que demuestran así su fascinación.

Estoy segura de que muchos de los lectores, habrán escuchado múltiples comentarios sobre esta obra, o sobre los mitos en torno suyo, quizá les cause fascinación, indiferencia, inspiración o como en mi caso, poca comprensión del porqué una pintura que a mis ojos carecía de belleza, era considerada la pieza más emblemática del renacimiento, por ejemplo, me sorprendía saber que como relatan Serullaz y Pouillon (1999), el cuadro fue pronto considerado como el tipo ideal del retrato renacentista, y el artista se sentía lo suficientemente ligado a él como para llevarlo consigo cuando fue a instalarse a Francia, cerca de Amboise, en el castillo de Cloux, donde murió. Muchas ocasiones observé con detenimiento la imagen tratando de develar el enigma, y tras horas de contemplación no pude descubrirlo. Sin embargo fue hasta principios de 2007 que la buena fortuna me brindó la dicha de estar parada frente a ella, mi sorpresa fue mayúscula cuando me percaté, todavía a lo lejos, lo pequeña que era, 77 x 53 cm, para ser exactos, el lugar donde se encontraba era sin duda, el más concurrido de todo el museo de Louvre. Abriéndome paso entre la gente, finalmente pude mirarla en vivo y a todo color. Ahí se encontraba mi ser lleno de ignorancia ante esa hermosa creación, fue entonces que comprendí su majestuosidad, pues sus colores, sus formas (altura, anchura y profundidad), movimiento, espacio, composición, expresión, proporciones etc., me llevaron a experimentar un inmenso placer estético. Entonces comprendí lo que muchos artistas expresan con frecuencia, las buenas obras de arte son aquellas que “están vivas” (Citado en El mundo del arte, 2003). Sí, la Mona Lisa estaba viva frente a mis ojos. Me parecía increíble que entre 1506 (1507), un genio como Leonardo pudiera crear gracias a la perspectiva y a un delicado y casi imperceptible difuminado (sfumato), y sin la tecnología actual, una tercera dimensión

más extraordinaria que aquella que llega hoy a nosotros, a través de los efectos especiales en el cine. Considerada una de las obras más misteriosas de la historia, es sin lugar a dudas, una excelsa representación humana.

Hoy, escribiendo la introducción a esta investigación, recupero con este relato la importancia de la vivencia para la comprensión del mundo. De modo similar la comprensión de un fenómeno cualquiera que sea, requiere la vivencia directa, para ser genuino. Anticipo lo que una de las colaboradoras entrevistadas para este trabajo, señaló respecto a la vivencia del propio proceso de psicoterapia en relación al ejercicio profesional: “Los conceptos se hacen vida en la experiencia”.

Este estudio, busca contribuir a dar voz, a las ciencias de lo humano, para recuperar lo subjetivo, vivencial y existencial, lo que significa dejar en suspensión, los prejuicios y preconcepciones respecto del fenómeno, e ir al mundo cotidiano, donde la gente está viviendo lo que queremos estudiar, permitiéndoles describir sus experiencias vividas para comprender en este caso, la vivencia que este ser humano psicoterapeuta como consultante, tiene de su propio proceso y los beneficios que observa se han logrado en su práctica profesional, a partir de él, para arribar a la comprensión del fenómeno a diferencia de la explicación, relato o hipótesis sobre este eje de la formación.

A continuación bosquejo sintéticamente, el contenido temático del documento:

En el capítulo 1. Justificación, presento argumentos sobre la importancia y utilidad de investigar a fondo y de forma minuciosa, la descripción de la experiencia vivida del propio proceso psicoterapéutico, cuando se ejerce esta misma profesión.

El capítulo 2. Revisión de la literatura, cuenta con cinco apartados, a saber:

2.1. El requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: la visión de los formadores, dedica especial atención a la pregunta ¿Cómo comprendemos y explicamos “el requisito” de estar en un proceso psicoterapéutico personal, o iniciarlo al mismo tiempo que se inicia la participación en la formación como psicoterapeuta? Lo que nos llevó a realizarles este cuestionamiento a algunos formadores, que participan o han participado en las instituciones de León Guanajuato: APPAB, Círculo Psicoanalítico Mexicano, SOPAC, UNIVA, Universidad de Guanajuato, Universidad Iberoamericana y Universidad De La Salle Bajío, incluyéndose además al ITESO (Se aclara, que la información emitida constituye una opinión personal y no representa necesariamente el punto de vista de la institución mencionada); recolectadas vía correo electrónico o por entrevistas personales. Sus respuestas inéditas, enriquecen este trabajo y contribuyen a la reflexión profunda sobre este eje de la formación.

2.2. Fenomenología filosófica y psicología fenomenológica, presenta la fenomenología como perspectiva de conocimiento, así como sus principales aportaciones al campo de la psicología fenomenológica.

2.3. El método fenomenológico y su adaptación al campo de la psicología fenomenológica, atiende a la vivencia y al fenómeno como columnas que sostienen el método y que se implican mutuamente, hallándose que la razón de este tipo de investigación, es la descripción de los fenómenos tal y como se viven por quienes los experimentan, para llegar a su comprensión. Se presentan además las modificaciones al método, sugeridas para su aplicación en el campo de la psicología fenomenológica.

2.4. Sobre la vivencia, busca entender este término que se origina en la filosofía. Estudiando su uso en el lenguaje, su aparición en los textos en castellano por Ortega y Gasset, y García Morente, pasando por diccionarios generales, de filosofía, textos especializados, hasta aterrizar en su conceptualización por Moreno López.

2.5. El ser humano que es el psicoterapeuta, busca comprender quién es el psicoterapeuta, en tanto humano y profesional, para atender a su implicación como instrumento.

En el capítulo 3. Establecimiento del problema, se plantea cómo viven algunos psicoterapeutas en su práctica profesional, su propio proceso personal de psicoterapia. Se traza la pregunta de investigación, objetivo, dificultades presentes en el estudio y delimitación.

En el capítulo 4. Metodología, se presentan las etapas y pasos de la investigación fenomenológica, así como los autores que guiaron la presente investigación.

En el capítulo 5. Presentación de resultados y discusión, se muestran los principales hallazgos encontrados en las tres entrevistas realizadas, así como la relación de los resultados obtenidos en la investigación, con las conclusiones de otros estudios y postulados, para enriquecer el cuerpo de conocimiento sobre el fenómeno a estudiar.

En el capítulo 6. Conclusiones y reflexión final, se exponen las resoluciones a las que se llegó con este estudio, se plantean recomendaciones relacionadas con el fenómeno estudiado, así como sugerencias para futuras investigaciones.

Finalmente, se encontrarán las referencias bibliográficas consultadas durante la investigación y, en los anexos, el formato de consentimiento informado, que fue firmado por los 3 psicoterapeutas colaboradores y por los formadores.

CAP. 1 JUSTIFICACIÓN

“Lo real son las vivencias, no las ideas”

Kogan, J. (En Lomelli, 2005)

En los programas mexicanos de formación como psicoterapeutas, se presenta en su mayoría como requisito, estar en proceso psicoterapéutico personal o al menos iniciarlo al mismo tiempo que se inicia la formación. Cabe señalar sin embargo que podemos encontrar programas en los que el proceso personal aparece como recomendable y no como necesario; al respecto, tenemos noticia, de que en León Guanajuato, al menos una de las instituciones que ofrece formación como psicoterapeuta, no pide el propio proceso personal como requisito. Encontramos también instituciones formadoras en las que no sólo es requisito un proceso personal, sino que éste debe llevarse a cabo con un miembro de la institución o asociación a la que se pertenece, con el fin de “garantizar la calidad y pureza del mismo”. Por otro lado, en la literatura sobre psicoterapia para psicoterapeutas se mencionan las bondades de dicho proceso, un ejemplo de ello es el artículo, “La personalidad terapéutica”, donde Dupont, Enciso de Chevali, Florez y Mekler (1976) señalan que éste tiene por finalidad lograr o favorecer la salud mental y proporcionarle ampliamente al psicoterapeuta, las vivencias específicas que experimenta un paciente, adquiriendo de su terapeuta modelos teóricos, técnicos y puntos de vista, que enriquecen las enseñanzas que recibe en los seminarios. Es considerado por tanto como un instrumento formativo y en consecuencia se cuestiona poco su utilidad. En cuanto a las investigaciones sobre la psicoterapia para psicoterapeutas, Pope y Tabachnick (1994) encontraron con una

encuesta nacional para psicólogos, seleccionados al azar de la American Psychological Association (APA) en estudio para 800 profesionales de esta disciplina (tasa de retorno = 59,5%), que el 84% de los encuestados (400 de 476) reportó haber estado en terapia. Es importante señalar que únicamente el 13% había sido requerido por sus programas de posgrado y escuelas profesionales, no obstante es sorprendente teniendo en cuenta este hecho, que una gran mayoría, el 70% refiere como "probablemente" o "absolutamente" necesaria la psicoterapia para los psicoterapeutas en formación. Ahora bien, 342 (85,7%) de los 399 participantes que respondieron sobre los beneficios más importantes de la terapia, ubicaron en tercer lugar con 77 menciones, que el proceso personal “mejora las habilidades como psicoterapeutas”; antecediéndoles con 133 menciones, “conocimiento de sí mismos” y con 98 menciones “autoestima o confianza en sí mismos”. Sólo dos encuestados informaron que la experiencia de su propio proceso no fue nada servicial. Una mayoría más pequeñas 54%, cree que las juntas estatales de licencias "probablemente" deberían solicitar terapia personal como un requisito para obtener la licencia. Las mujeres eran más propensas a haber estado en tratamiento (89,6%) que hombres (79,7%). Terapeutas de orientación psicodinámica mencionaron en un 94% haber estado en terapia, seguido por el 87% de terapeutas eclécticos y el 71% de terapeutas cognitivos. Mientras la investigación de Pope y Tabachnick, nos brinda datos interesantes sobre la psicoterapia para psicoterapeutas, en México encontramos un estudio reciente y relevante (Citado en Equihua, 2014) sobre el Desarrollo de los Psicoterapeutas, creada por el Dr. David Orlinsky y la Society Psychotherapy Research / Collaborative Research Network (2005) y retomado en México por la Dra. Margarita Tarragona, a través del Dr.

Salvador Moreno López, en el que el programa de la Maestría en Psicoterapia del ITESO y la Universidad Iberoamericana León se suman, con un equipo de investigadores conformado por los psicólogos Ligia Coronado Reyes, Juliana Flores Amézquita, Elda Georgina Mojica García y Osiel Jafit Equihua Márquez, exalumnos de dicha Maestría. Este equipo de investigación aplicó el Cuestionario común sobre el desarrollo del psicoterapeuta (CCDP) en la ciudad de León, Guanajuato. La investigación se basa en un total de 120 cuestionarios recolectados.

Dicho estudio pretende hacer una descripción sobre diversas áreas del desarrollo de los psicoterapeutas, entre ellas la psicoterapia personal, aspecto que nos concierne en la presente investigación.

El CCDP se divide en nueve áreas que miden distintos aspectos del psicoterapeuta. El equipo investigador, estableció una división del instrumento, generando cuatro productos. Al respecto Mojica (2014) refiere, que si bien tienen un mismo origen, mismos antecedentes y la misma población encuestada; cada investigación toma su propio curso para lograr especializarse en algún aspecto del profesional de la psicoterapia. Quedando ordenadas de la siguiente manera: 1. Sobre su formación y experiencia profesional, 2. Sobre su desarrollo personal como terapeuta, sobre su terapia personal, su orientación teórica y su desarrollo profesional actual, 3. Acerca de su trabajo y práctica psicoterapéutica actual, 4. Acerca de la vida personal del terapeuta.

Para este trabajo haremos especial referencia al punto 2, localizado en el documento de Flores (2013) quien reportó que, en muy alto porcentaje, por encima del 90% de los

120 psicoterapeutas encuestados, el proceso terapéutico tiene un carácter “esencial” en el ejercicio de la psicoterapia, considerándolo incluso imprescindible. Alrededor de un 8% de los terapeutas encuestados calificó la experiencia en los subsiguientes niveles de importancia, es decir, como “muy positiva” o “aconsejable” sin considerarla un requisito indispensable. Es importante observar el hecho de que ninguno de los psicoterapeutas encuestados consideró irrelevante o “desaconsejable” esta experiencia de análisis personal. Se reportó que casi un 96% de psicoterapeutas manifestaron contar con alguna experiencia de terapia personal a lo largo de su historia. Llama la atención que aunque se habla de una gran aceptación ante esta experiencia, considerándola “positiva” o “esencial”, se encontró que algunos de los terapeutas la reconocen como no necesaria o aconsejable (10 encuestados en las 2 categorías) e incluso el 4% (5 de ellos) no habían estado en algún proceso personal, hasta el momento en que respondieron el cuestionario, porcentajes que si bien son mínimos, siguen presentes. En una revisión más puntual de los datos, se pudo ver una disposición ligeramente mayor en las “mujeres” (60%) a estar en un proceso psicoterapéutico personal a diferencia de los “hombres” (53.57%). Se puede observar una relación directamente proporcional entre estar bajo supervisión y encontrarse en una experiencia de psicoterapia personal; es decir, los terapeutas que están en un proceso de supervisión se encuentran en un proceso psicoterapéutico personal en un mayor porcentaje, representado en un 72%. En contraparte, se presenta un menor porcentaje de experiencias de psicoterapia personal en aquellos que no reportan estar en supervisión, equivalente a un 35%. Por otro lado en un total de 192 respuestas en los 120 cuestionarios capturados, sobresale el hecho de que un porcentaje superior al

55% de estas experiencias han sido en el marco de una perspectiva “psicoanalítica”, ya sea individual o en grupo. Las demás perspectivas presentan porcentajes significativamente menores, ya que ninguna representa un porcentaje mayor al 5.24%. Se encontró además que 55 de los psicoterapeutas reportaron altos índices de intervenciones desde una perspectiva “psicoanalítica”; siendo este marco teórico y técnico el de una mayor presencia en el estudio; seguida por la perspectiva sistémica reportada en 30 casos. Acerca de la valoración de la propia experiencia psicoterapéutica, se mostró a los encuestados, una escala del 0 al 5 para registrar cómo se han valorado dichas experiencias, donde 0 representaba “ninguna” valoración ascendiendo hasta el número 5 el cual representaba una valoración “muy grande”. Encontrándose que más del 90% de estas experiencias son percibidas con una valoración alta (75% fueron muy apreciadas otorgándoles el más alto puntaje (5) y 17% cercano a la alta valoración). Por otro lado, un porcentaje ligeramente mayor al 6% reportó una valoración que se podría estimar como promedio (2 ó 3) y ninguna de las experiencias fue reportada como poco o nada valorada (0 ó 1). Finalmente, las experiencias terapéuticas personales reportan una duración cercana a los 4 años en promedio, encontrándose que casi el 50% de los psicoterapeutas han estado al menos 3 años en una experiencia psicoterapéutica personal. Un porcentaje cercano al 20% de estas experiencias no han alcanzado un año de duración.

Las investigaciones de Pope y Tabachnick (1994) y la de Flores (2013) a pesar de la diferencia marcada por aspectos geográficos, número de la población encuestada, socioculturales y temporales, (casi dos décadas) coinciden en que un mayor porcentaje de mujeres que de hombres reportan tener la experiencia de tratamiento, además de

que existe una coincidencia en altos porcentajes de psicoterapeutas psicoanalíticos que asisten a psicoterapia, contra mayores porcentajes en la asistencia a tratamientos en esta misma perspectiva. Es notorio además, el alto porcentaje de psicoterapeutas que reportó en ambos estudios, haber estado en terapia, aunque en este último no contamos con datos sobre si el propio proceso de psicoterapia personal fue requerido por sus programas de formación, como tampoco sobre la relación directa de la psicoterapia con los beneficios alcanzados. Pese a ello, contar con una investigación de tal naturaleza y sobre todo realizada en México, es de gran utilidad para la reflexión y desarrollo de nuestro quehacer como psicoterapeutas.

En otras investigaciones sobre si la terapia personal conduce a una mayor efectividad como terapeuta (Citado en Phares y Trull, 1999) encontramos que

En una encuesta con 749 terapeutas practicantes que eran miembros de la APA, 44% respondieron lo concerniente a sus propios problemas personales. De estos últimos, 18% informó que nunca habían recibido alguna forma de terapia personal en ninguna ocasión (Guy, Stark y Poelstra, 1988). Pero más del 44% informaron haber experimentado angustia personal en los últimos tres años y casi 37% dijo que esto había disminuido la calidad de la atención al paciente (Guy, Poelstra y Stark, 1989). Además, de 546 psicólogos con licencia, más de un tercio informaron altos niveles de agotamiento personal y despersonalización, lo que con frecuencia se denomina extenuación (Ackerley, Burnell, Holder y Kurdek, 1988). Aunque no es necesario que los terapeutas sean modelos de adaptación, es poco probable que un terapeuta acosado por los problemas emocionales pueda ser tan efectivo como uno desearía. (p. 308).

Teniendo presentes los resultados de estas investigaciones y retomando que las instituciones mexicanas formadoras indican en su mayoría el proceso personal como

requisito y que la literatura sobre psicoterapia, aunque de manera escasa, lo menciona como beneficioso, es necesario investigar a fondo la vivencia del propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce esta misma profesión, por lo que es preciso preguntar y escuchar de los psicoterapeutas como consultantes, si en realidad el proceso personal cumple su cometido y en caso afirmativo de qué manera lo hace y cómo lo vive en su práctica profesional.

Es importante mencionar que los argumentos para solicitar el proceso personal en las instituciones formadoras, están basados en hipótesis sobre sus beneficios, y si bien, se tienen hallazgos que les son suficientes para sustentar su importancia, encuentro necesario el no alejarnos de las experiencias efectivas de los psicoterapeutas, de lo contrario dicho “requisito” se volverá en extremo impreciso y estéril.

Es entonces de sumo valor, tomar el ejemplo de aquellas investigaciones en las que se buscó someter a prueba ciertas hipótesis recurriendo a las experiencias de los consultantes para comprobarlas de manera empírica, tal es el caso de una investigación con enfermos esquizofrénicos crónicos en el Mendota State Hospital adscrito a la Universidad de Winsconsin (Citado en Barceló, 2007), sobre las condiciones del cambio terapéutico en clientes no motivados, que realizaron Rogers, Gendlin, Kiesler y Truax, entre 1957 y 1964, partiendo de la suposición de que existe una relación legítima entre las condiciones actitudinales provistas por el terapeuta, el proceso de terapia y el cambio de personalidad. Dicha investigación así como otras en torno al estudio de la experiencia subjetiva, a pesar de que toparon con algunas dificultades, debates y desavenencias, propiciaron una nueva modalidad de investigación excepcionalmente fructífera, basada en la vivencia de los sujetos. Por lo

que se presentan como un claro ejemplo del camino hacia una ciencia de la experiencia interna como Bergin (1961) la ha llamado (Citado en Rogers, 1965). De esta manera es indudable el valor de este tipo de investigaciones en psicoterapia, ya que como menciona Rogers (1965, p. 167) “Devuelve al mundo de la psicología la experiencia subjetiva del individuo, mediante la aproximación de mediciones objetivas claves que apuntan hacia dicha experiencia subjetiva, lo cual es muy útil para medir de un modo confiable una experiencia interna”.

En tanto que lo que pretendemos es aprender del psicoterapeuta como consultante y como profesional de la psicoterapia, que vivió o está viviendo la experiencia que queremos investigar, recurriremos a la investigación fenomenológica que acorde con Moreno (2014)

En psicología, psicoterapia y desarrollo humano, de acuerdo con los planteamientos de diferentes autores y promotores de este tipo de investigación (Giorgi, 1985, 1997; Groenewald, 2004; Jurema, Pimentel, Cordeiro & Nepomuceno, 2006; Moreira, 2001; Walker, 2011) tiene como propósito central *comprender la experiencia vivida de las personas en relación con situaciones de su vida*. Se interesa por captar y comprender los *significados vividos* que surgen en diferentes momentos y situaciones de la vida, para cada persona. Es decir, se busca “comprender los fenómenos sociales y psicológicos desde la perspectiva de las personas involucradas” (Welman y Kruger, 1999, citados por Groenewald, 2004, p. 5), a partir de sus vivencias. (p. 71).

En cuanto a la técnica, se abordará desde la entrevista fenomenológica, que privilegia la profundidad y variabilidad de los significados, cuya idea central es recolectar la mayor información posible para poder hacer una descripción a fondo sobre el propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce esta misma profesión. Lo que se busca es

entonces volver del proceso psicoterapéutico propio a los actos de conciencia que se nos ofrecen a través de representaciones percibidas o sentidas a nivel cognitivo, corporal y afectivo y en estudiar dichas vivencias en el aquí y ahora.

En tanto que el presente estudio es de corte cualitativo y recurre a la fenomenología como método, no dejo de observar sus posibles limitantes, por lo que se esclarece, que no se pretende dar cuenta por ejemplo, de los beneficios del propio proceso de psicoterapia o de su petición como requisito en las instituciones formadoras, en una población amplia de psicoterapeutas. No obstante, afirmamos que la investigación fenomenológica que se interesa por los significados vividos de cada persona, nos permite enfatizar, que los resultados obtenidos son de gran relevancia para el desarrollo de las ciencias de lo humano, pues implican sistematización intensiva, toma de conciencia, eliminación de prejuicios o preconcepciones y profundidad del fenómeno para conocer a profundidad sus partes. Entendemos además que la investigación fenomenológica requiere de una descripción de los datos subjetivos que exige al investigador atención, búsqueda exhaustiva y esmero, por ello las investigaciones de este tipo se centran en el estudio de un número reducido de entrevistas.

Concluimos entonces que acercarnos a la vivencia de alguien que sabe del asunto porque lo ha experimentado personalmente, nos ayuda a comprender en este caso, la experiencia vivida, que este ser humano - psicoterapeuta como consultante, tiene de su propio proceso y los beneficios que observa se han logrado en su práctica profesional a partir de él. Además nos acerca a la comprensión del fenómeno para arribar a un entendimiento genuino, a diferencia de una explicación de dicho fenómeno o bien del simple relato o hipótesis de él. Como señalan Dantas y Moreira (2009), la descripción

del fenómeno es la senda más adecuada para tener acceso al campo fenoménico del sujeto colaborador. De ahí surge la idea de utilizar, en esta metodología, un colaborador que haya vivido la experiencia, pues supone una relación dialógica constituida por el interés en aprender con el otro, el significado del fenómeno.

Ya establecida la necesidad de dicha investigación, se reporta su viabilidad, pues se dispone de los recursos necesarios para llevarla a cabo, además de ser un tema ampliamente señalado en las instituciones formadoras, pero poco o nualmente estudiado desde la vivencia.

Se espera que el estudio planteado despierte interés en los psicoterapeutas en formación y en ejercicio; en las instituciones formadoras y en futuros investigadores sobre la psicoterapia para psicoterapeutas, así como a tener evidencia empírica que concuerde o refute la literatura sobre los beneficios de la psicoterapia, y den mayor certidumbre a las instituciones formadoras sobre la hipótesis de los beneficios de contar con un proceso de psicoterapia personal.

CAP. 2 REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. EL REQUISITO DEL PROCESO PERSONAL DE PSICOTERAPIA PARA PSICOTERAPEUTAS: LA VISIÓN DE LOS FORMADORES.

*“Para que pueda ser, he de ser otro,
Salir de mí, buscarme entre los otros,
Los otros que no son si yo no existo
Los otros que me dan plena existencia”
Piedra del sol (Fragmento)
Octavio Paz (1958)*

Como ya hemos mencionado, en los programas mexicanos de formación como psicoterapeutas, se presenta en su mayoría como requisito, estar en proceso psicoterapéutico personal o al menos iniciarlo al mismo tiempo que se inicia la formación. Son pocos los programas en los que se presenta como recomendable y no como necesario. Sin embargo, la formación como psicoterapeuta en general, se sustenta en tres ejes básicos, seguramente heredados del modelo clásico instituido por Eitingon, con el aval del propio Freud en el Instituto psicoanalítico de Berlín en 1922, quien enuncia la triada tradicional: análisis didáctico, supervisión de casos y seminarios teórico- clínicos como fundamentos (Oróstegui, 2008). Todo ello para garantizar una formación integral que permita adquirir las competencias profesionales: teórico, técnicas y éticas que le son propias a esta disciplina.

De ésta triada, hoy aplicada a la psicoterapia, sólo nos ocuparemos del eje del proceso psicoterapéutico personal y será preciso ubicarnos en el desarrollo de nuestra

disciplina y preguntarnos, ¿Dónde se origina dicho requisito?, y en la actualidad ¿Quiénes lo solicitan? ¿Por qué y para qué se solicita?

Si revisamos los orígenes de este eje, y como ya observamos, es obligada la referencia al Psicoanálisis que en la primera década del siglo XX, tal como refiere Etchegoyen (2002), se presenta como un cuerpo de doctrina coherente y de amplio desarrollo. Desde este antecedente encontramos que la idea de que la psicoterapia puede ser beneficiosa, tiene sus principios en Freud, quien no dejó de insistir en que el dominio del psicoanálisis, exigía al interventor el trabajo consigo mismo como instrumento, y no sólo de seminarios o con la sola práctica con los pacientes. Ya había enunciado esta idea como tentativa en: “Las perspectivas futuras de la terapia psicoanalítica” Freud (1910)

Otras innovaciones de la técnica atañen a la persona del propio médico. Nos hemos visto llevados a prestar atención a la “contratransferencia” que se instala en el médico por el influjo que el paciente ejerce sobre su sentir inconciente, y no estamos lejos de exigirle que la discierna dentro de sí y la domine. Desde que un número mayor de personas ejercen el psicoanálisis e intercambian sus experiencias, hemos notado que cada psicoanalista sólo llega hasta donde se lo permiten sus propios complejos y resistencias interiores, y por eso exigimos que inicie su actividad con un autoanálisis y lo profundice de manera ininterrumpida a medida que hace sus experiencias en los enfermos. Quien no consiga nada con ese autoanálisis puede considerar que carece de la aptitud para analizar enfermos. (p.136).

Será necesario resaltar el impacto de la contratransferencia en la persona del médico, cuyo descubrimiento da razón del cuidado que ha de tenerse sobre el instrumento de trabajo del psicoanalista, que es su propio ser; de ahí la exigencia de un autoanálisis profundo de los propios complejos y resistencias para permitir al interventor llegar más

lejos con el paciente. Nótese sin embargo que James Strachey en la nota a pie de página observa, que Freud no siempre mostró igual convencimiento acerca de la posibilidad de un autoanálisis adecuado para el analista en formación. Más adelante insistió en la necesidad de un análisis didáctico conducido por otra persona. Sin embargo, lo esencial se mantiene: la única manera de comprender y controlar el fenómeno de la contratransferencia es el análisis del propio analista.

Sabemos que como muchos otros tópicos, la contratransferencia es un tema controvertido al interior del psicoanálisis, puesto que algunos se inclinan por la noción, de que la contratransferencia designa todo lo que desde el inconsciente del analista pueda intervenir en la cura, otros se referirán específicamente a la reacción del analista frente a la transferencia del paciente y otros más prefieren hablar de reacciones transferenciales y reacciones contratransferenciales. Sin embargo aun asumiendo estas controversias y aclarando que este trabajo no tiene como finalidad abordarlas, hacemos énfasis en que ésta puede ser causante de fallas en la aplicación de la técnica cuando el analista o psicoterapeuta reacciona ante su paciente implicando su propia persona, sin ser capaz de detectar lo qué está ocurriendo. Desde ahí, será importante recurrir a un diálogo interdisciplinario, sin importar el enfoque desde el que se intervenga; y a un aprendizaje dialógico respetuoso e igualitario, que contribuya a recuperar la responsabilidad sobre “el eje del trabajo con la persona del psicoterapeuta”. Dejemos para trabajar aquellos elementos que se ponen en juego en lo inconsciente, al análisis de la contratransferencia, y a quienes trabajan a nivel de lo consciente, el análisis de la implicación; y acordemos que lo que se presenta como un hecho irrefutable es la responsabilidad personal en el ejercicio de esta profesión, por lo

que el llamado será dar cuenta de ella, sea cual sea el modelo desde el que se intervenga.

En “Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico”, se hace énfasis en el peligro de introducir en el análisis fallas propias, por represiones no solucionadas que podrían generar “puntos ciegos” dañinos, a falta de una purificación psicoanalítica.

Freud (1912)

Ahora bien, si el médico ha de estar en condiciones de servirse así de su inconciente como instrumento del análisis, él mismo tiene que llenar en vasta medida una condición psicológica. No puede tolerar resistencias ningunas que aparten de su conciencia lo que su inconciente ha discernido; de lo contrario, introduciría en el análisis un nuevo tipo de selección y desfiguración mucho más dañinas que las provocadas por una tensión de su atención consciente. Para ello no basta que sea un hombre más o menos normal; es lícito exigirle, más bien, que se haya sometido a una purificación psicoanalítica, y tomado noticia de sus propios complejos que pudieran perturbarlo para aprehender lo que el analizado le ofrece. No se puede dudar razonablemente del efecto descalificador de tales fallas propias; es que cualquier represión no solucionada en el médico corresponde, según una certera expresión de W. Stekel [1911a, pág. 532], a un “punto ciego” en su percepción analítica. (p.115).

En “Análisis terminable e interminable”, se recomienda hacerse objeto de análisis periódicamente. Freud (1937) escribió

Todo analista debería hacerse de nuevo objeto de análisis periódicamente, quizá cada cinco años, sin avergonzarse por dar ese paso. Ello significaría, entonces, que el análisis propio también, y no sólo el análisis terapéutico de enfermos, se convertirá de una tarea terminable (finita) en una interminable (infinita). (p.251).

A la luz de estos hallazgos, podemos puntualizar que la proposición se basa, en que la formación deberá estar integrada no sólo de saberes cognitivos logrados a través del aprendizaje intelectual o sólo con la práctica clínica, sino además del saber del propio instrumento, es decir del saber de sí mismo, debido a que los problemas personales que no se analizan pueden interferir con el desempeño en la práctica profesional. Es importante notar entonces que toda formación deberá sostenerse teniendo en cuenta esta condición como directriz.

En la actualidad el propio proceso psicoterapéutico es considerado por muchos psicoterapeutas como un instrumento formativo, y en consecuencia, se cuestiona poco su utilidad; sin embargo para este Trabajo de Obtención de Grado, es importante analizar a fondo este eje de la formación, razón por la que en este capítulo se dedica especial atención a las preguntas: ***¿Cómo comprendemos y explicamos “el requisito” de estar en un proceso psicoterapéutico personal, o iniciarlo al mismo tiempo que se inicia la participación en la formación como psicoterapeuta? (quiénes lo solicitan, cómo lo solicitan, qué argumentos se tienen, por qué y para qué se solicita, es decir qué se espera de este requisito, para qué sirve).*** Esta premisa nos llevó a realizarles estos cuestionamientos a algunos formadores, que participan o han participado en las instituciones formadoras de psicoterapeutas de León Guanajuato: APPAB, Círculo Psicoanalítico Mexicano, SOPAC, UNIVA, Universidad de Guanajuato, Universidad Iberoamericana y Universidad De La Salle Bajío, incluyéndose además al ITESO (Se aclara, que la información emitida constituye una opinión personal y no representa necesariamente el punto de vista de la institución mencionada). Las aportaciones

fueron recogidas por correo electrónico o por entrevistas personales grabadas y transcritas lo más fielmente posible y con el consentimiento informado de los participantes. Una vez recopiladas o transcritas las respuestas, fueron reenviadas a los formadores para su revisión y autorización para su publicación en este trabajo, firmando el consentimiento explícito que lo ratifica.

Así pues, con pleno conocimiento, el nombre del formador que respondió a las preguntas, así como de la institución en la que participa o ha participado, se encontrará junto con su aporte (Aparece sólo el de aquellos que así lo aceptaron).

Mtra. Tania Carina Zohn Muldoon

Coordinadora de la Maestría en Psicoterapia. ITESO

Docente de la Maestría en Psicoterapia ITESO/UIA León 2008-2010

Este requisito tiene que ver con dos propósitos básicamente:

1.-Vivir la experiencia de ser un consultante, con todo lo que conlleva estar en la posición del que solicita la ayuda y plantea una situación problema a resolver. Vemos esto como parte importante de un proceso de formación, en donde nos interesa que los estudiantes volteen hacia sí mismos y experimenten las distintas dimensiones de un proceso de psicoterapia.

2.-Trabajar con aquellos elementos de la propia situación personal que requieren de elaboración, clarificación y resolución, de manera que no se constituyan en obstáculos para el trabajo como psicoterapeutas. Creemos firmemente que la congruencia del ser psicoterapeuta implica el compromiso personal de atender los asuntos personales que generan conflictos en las relaciones interpersonales y en general en el bienestar emocional del psicoterapeuta.

La Mtra. Tania, incluye además algunos extractos del documento propuesta de la Mpsi, que considera conforman argumentos en relación con el tema:

“Se entendía, desde los principios, que no podía haber sólida formación integral sin la ayuda de un "crisol" que formara el carácter de profesionistas conscientes de su responsabilidad social. Así, la orientación que prevalece en el ITESO hacia el logro del desarrollo y la integración de la sociedad, queda manifiesto a lo largo de su ideario.”

“Teniendo como fondo nuestra propia historia y la historia del ITESO, entendemos el compromiso social como el conjunto de actividades institucionales y personales a través de las cuales se logra construir una Universidad para la justicia; es decir, que forma profesionistas, maestros e investigadores capaces de colaborar activa y eficazmente al cambio social que México necesita con urgencia. La existencia misma del ITESO carecería de sentido si sólo contribuyera al mantenimiento del actual sistema social y no aportara nada a su transformación.”

“En la actualidad, no tiene razón de ser una Universidad cuyo objetivo sea formar profesionistas, maestros o investigadores sólo técnicamente capaces, pero sin una visión de lo que debe ser la sociedad y las relaciones entre todos los hombres y las mujeres.”

“En resumen, asumimos que la formación profesional del psicoterapeuta implica la elaboración personal de sus procesos de subjetivación, así como una práctica fundada en la reflexión crítica sobre qué se hace, cómo se hace, por qué y para qué se hace. Este tejer al alumno con su condición humana, su situación social y su ser profesional nos llevaron a problematizar lo que enunciamos a continuación generando la peculiaridad de nuestra propuesta de maestría.”

En cuanto a los motivos de la institución. [Quién lo solicita, cómo lo solicita (condiciones de la institución), porqué y para qué lo solicita, qué argumentos tiene]

- Creo que con lo que mencioné en la pregunta anterior, quedan claros los motivos desde el programa educativo.
- La forma de solicitar el cumplimiento de este requisito empieza en el proceso de difusión del programa educativo. Desde que se tienen las sesiones informativas, se les hace saber a los aspirantes de este requisito y se les aclara que no está incluido en los créditos ni en los costos de colegiatura.

- También, durante el proceso de admisión, se les recuerda de dicho requisito a los aspirantes, en la entrevista de admisión y se aclara cualquier duda que pudiera haber al respecto.

En la carta que se les entrega a los aspirantes admitidos, también se les hace mención de este requisito. Extraigo la información al respecto:

Entre los requerimientos para cursar esta maestría están:

El estar en un proceso de psicoterapia, al menos una sesión semanal, desde el inicio hasta completar todos los créditos. Se requiere un acuerdo con la coordinación del programa respecto a la persona con la que se estará en psicoterapia. Pedimos el inicio de este proceso a más tardar en...

- Existe en cada semestre, una asignatura en donde los estudiantes tienen que entregar constancias de asistencia a su proceso de psicoterapia.
- La entrega de constancias es un requisito de aprobación de dichas asignaturas.

Respuesta vía correo electrónico: junio 2011

Revisión para su publicación: junio 2013

Mtra. Eugenia Catalina Casillas Arista

Docente de la Maestría en Psicoterapia ITESO/UIA León 2008-2010

Desde mi vivencia, un proceso de formación de psicoterapeutas requiere tanto el desarrollo de habilidades (técnicas, modos de interacción y de comunicación, etc.), conocimiento del contexto sociocultural propio y del consultante, la competencia para fundamentar lo que hacemos (diálogo con los autores) y por supuesto un arduo trabajo personal. Es decir, estar muy consciente de quiénes somos y de cómo eso que somos se pone en juego en la interacción con los consultantes. Para trabajar el ámbito de lo personal, me parece indispensable el asistir a psicoterapia.

Nos ayuda como terapeutas estar del otro lado y tener la vivencia de ser consultante. Además de que el tener un buen proceso de psicoterapia personal, nos ayuda a darnos cuenta de los aspectos personales que obstaculizan el proceso de la persona.

El experimentar en carne propia el CAMBIO, nos ayuda también a creer en la posibilidad de éste en la gente. Ese creer en el cambio es básico también en el trabajo que realizamos

Aunque sé que hay formaciones en psicoterapia que no piden como requisito la asistencia a un proceso personal de psicoterapia (como parte de su adiestramiento), desde mi punto de vista, una formación que no pide este requisito, es una formación incompleta.

En ITESO, la asistencia a psicoterapia está ligada a algunas de las asignaturas, como requisito para aprobar o no la materia.

Me parece que la Institución que forma psicoterapeutas, tiene la obligación de cuidar que sus estudiantes realicen un trabajo de calidad y ético, donde el consultante sea el principal actor y beneficiario. De esta manera, el que el alumno en formación esté en un proceso de psicoterapia, forma parte del encuadre que plantea la Institución para cuidar a los consultantes y también para apoyar al aprendizaje del estudiante que se está formando.

En la medida que el estudiante se conoce más, tiene mayores elementos para realizar un trabajo de calidad con sus consultantes.

Respuesta vía correo electrónico: junio 2011.

Revisión para su publicación: septiembre. 2013

Comunicación personal de un formador que prefirió permanecer anónimo

Lo solicitan las instituciones como un requisito para su formación de psicoterapeutas y es esencial para la práctica profesional.

El sentido tiene que ver con que en el campo del acompañamiento humano el terapeuta no sólo depende de su conocimiento teórico, técnico y metodológico sino fundamentalmente de la capacidad de elaborar su vida personal y profesional. En el acompañamiento psicoterapéutico a diferencia de otras prácticas como la contaduría, por ejemplo, la falta de madurez humana o el desconocimiento que el sujeto tenga de sí mismo le impide acompañar las vivencias de otros así como las encrucijadas existenciales.

Respuesta vía correo electrónico: junio 2011

Revisión para su publicación: septiembre 2013

Mtro. Leonardo Martín Dorony Saturno

Docente de la Maestría en Psicoterapia ITESO/UIA León 2008-2010

Primero: el estar en una maestría te mueve muchas cosas desde lo emocional como también desde lo racional e intelectual, tanto por lo que uno lee y aparte por la práctica que hay que realizar ante otra persona. En este sentido insisto en que un psicólogo debe hacer terapia personal desde antes de titularse y si va a estar en la clínica, ya sería una obligación, tanto por un cuestionamiento ético como técnico e instrumental. El empezar con este tema en la maestría, es para mí ya una dificultad, ya que esto tendría que estar antes, desde el comienzo de la licenciatura así como inscripto en el perfil de egreso. No debería ser una obligación administrativa, es una obligación ética, creándose desde la formación, desde lo filosófico y desde lo ideológico. Compartiendo una experiencia anterior como referencia, estando yo como coordinador de psicología del Centro Comunitario, para poder atender en prácticas clínicas del CESCO a partir de 6 semestre de la licenciatura en psicología (UIA León), yo solicitaba que estuvieran o empezaran una psicoterapia si no, no podía incluirlos en la clínica, era un requisito como tal.

Segundo: se tiene que solicitar por parte de la institución y refrendado por el docente como parte de la formación y la ética profesional. Esto implica que todo docente tiene que mencionar y reflexionar sobre esto y principalmente en las supervisiones de las prácticas, sean cuales sean.

Tercero: por el solo hecho que es parte de una herramienta central en el proceso terapéutico que te permite manejar tus propias emociones y además acompañar el proceso del otro y que el otro no se transforme en pantalla de tu proyección como terapeuta y termines haciendo con el paciente un proceso que es en definitiva el del terapeuta proyectado en el paciente, no pudiendo escuchar, ver y sentir su necesidad y sufrimiento, ya que lo que el terapeuta ve es su propia necesidad y sufrimiento, no escuchando las del paciente.

Sirve, para que uno no se “pegue” o “enganche” a la situación y vivencia del otro aunque sea muy parecida o igual a la situación que vivió el terapeuta. Las vivencias y experiencias son únicas y singulares, es mantener separadas las vivencias y experiencias del terapeuta de las del otro que llega a consulta. Permite manejar desde el marco psicoanalítico la transferencia y la contratransferencia, identificando los propios

fantasmas. Desde el humanismo poder diferenciar tu awareness de la del otro. Desde el constructivismo poder separar la construcción de la realidad del terapeuta, su subjetividad y la realidad del otro, así como su percepción y formas de construir, respetando su núcleo.

Cuarto: por lo tanto sirve para manejar mejor el proceso psicoterapéutico, que sea más productivo para el otro y que realmente uno como terapeuta escuche al paciente o consultante, comprender su situación y manejar la del propio terapeuta, no proyectando y así atender la realidad del otro. Sirve como una herramienta terapéutica, ya que el terapeuta al darse cuenta de sus propias emociones, le ayuda a comprender el sufrimiento y el dolor del otro, sirve para la construcción de la empatía, para acompañar y poder orientar, asistir y habilitar. Le sirve al terapeuta a conocer sus límites, sirviéndolo como autoconocimiento y para saber hasta dónde llegar o bien, saber el cómo y el donde canalizar. Sirve para el auto-cuidado del terapeuta y el cuidado del paciente o consultante, sirviendo hasta para entender las variables del encuadre, saber hasta dónde abrir un conflicto según los recursos del otro y no confundirlos con los del terapeuta y además aclarar las limitantes de la atención institucional así como también el respetar al otro en su realidad y singularidad. También sirve para manejar la omnipotencia del terapeuta y la necesidad de atención de sí mismo, aportando esto a lo anterior dicho en este punto. Se espera de este requisito, que la práctica se lleve oportunamente con los mejores recaudos de los efectos negativos que pueda producir por incompetencias en el acontecer clínico, por falta de experiencia y porque pueda el terapeuta confundirse y hasta indiferenciarse con la situación del otro, no pudiendo generar mayor autoconocimiento en la nueva experiencia que realiza el terapeuta. En un futuro próximo, los procesos de la supervisión complementan o sustituyen el proceso terapéutico propio del profesional, aunque no se descarta que en cierto momento de la vida uno vuelva a terapia para sanear ciertas experiencias vitales y desgastes por la misma profesión.

Respuesta vía correo electrónico: junio 2011

Revisión para su publicación: septiembre 2013

Dra. Juana Camarena Arredondo
Jefatura de Ciencias de la Salud. UNIVA León.
Maestría en Terapia Familiar Sistémica

¿Quién lo solicita? Es un requisito del gremio de la psicoterapia, derivado del psicoanálisis, de la tradición.

Nadie debería pedirlo ya que es un asunto que parte de la reflexión personal, es una cuestión de congruencia, de ética profesional. Es una decisión personal. Se trata de una norma que da prestigio.

Desde las Universidades no hay manera de pedirlo como condición, no hay diseño curricular que lo admita como parte del programa y por lo tanto como aceptable por las instituciones educativas que avalan dichos programas.

¿Cómo se solicita? Debe plantearse a los alumnos como una necesidad fundamental para la formación. En la UNIVA se incluye desde la guía didáctica para poder practicar en el CEAC. A los alumnos que toman esta opción se les otorga un punto extra en calificación, que gratamente luego de la asistencia a su propio proceso piden no se les dé ya que expresan no poder recibir un punto por algo que tiene un beneficio personal.

¿Por qué y para que se solicita? Porque los alumnos deben comprender que existe una gran diferencia entre pensar las cosas y hacer las cosas, la psicoterapia te permite ese enlace. No se le puede pedir a otro que se conozca si tú no te conoces. Es la oportunidad de seguirse reconociendo como humano con todas las posibilidades de cambio, tomarse el tiempo de verse a sí mismo para entender al otro, vivirse con todas las vicisitudes que esto implica. Desarrolla habilidades que no se aprenden si no se viven como paciente. Te da insight, reflexión, paciencia, te ayuda a entenderlos tiempos de llevar a cabo las intervenciones, entiendes que hay un momento adecuado para cada participación, es decir, comprendes el concepto llamado *timing*.

¿Qué argumentos se tienen? Desde la epistemología de la teoría freudiana formarse no solo implica acceder a la teoría, sino a la supervisión y a la psicoterapia, esta te permite colocarte en el lugar del otro a través de un análisis didáctico, es decir aprender a través de ti como hacer con otros.

Entrevista y revisión para su publicación: febrero 2012

Mtro. Jorge González García.

Diseñó, coordinó y actualmente es profesor del programa de Maestría en psicoterapia clínica de la Universidad Iberoamericana León (2010 a la fecha)

Docente de la Maestría en Psicoterapia ITESO/UIA León 2008-2010

Lo primero que subrayaría es que tal vez, no necesariamente en todas las formaciones en psicoterapia esto sea un requisito. Cuando se emplea el término requisito, se podría dar a entender que es algo universalmente aceptado o que cuando menos hubiese un amplio consenso. Mi experiencia y mi conocimiento respecto a otros programas o diferentes programas de formación en psicoterapia, es que no necesariamente hay esto como requisito y en ocasiones, que aun habiéndolo, la manera de evidenciarlo es bastante laxa. Este sería un primer comentario en lo general.

Un segundo comentario en lo general, es que yo me propondría, que se cambiase “requisito” a “asunción”, pero creo que es un proceso natural, que debe iniciar como requisito, para que luego se asuma como algo que es bien necesario en nuestro proceso de formación, que ojalá sea cada vez más una asunción y cada vez menos un requisito. Aunque bueno, tal vez en el proceso de formación haya que hacerlo primero requisito, y con eso anudaría un primer punto que está aquí, respecto a quiénes lo solicitan y también creo que me detendré un poco para decir cómo, porque esto de “el requisito” puede ser vehiculizado de muy diversas maneras.

Hasta donde el conocimiento me llega, como decía hace un momento, el que el propio proceso de alguien quien se está formando como psicoterapeuta esté incluido, es algo que no es aún una institución, o algo asumido por el colectivo. En aquellas organizaciones donde esto se acepta, quienes lo solicitan usualmente son las autoridades de dichas instituciones, yo creo que con muy diversos orígenes.

Creo que la primera referencia que hay, como en tantas otras cosas en psicoterapia contemporánea, habrá que decir, es la “purificación analítica” de la cual habló Sigmund Freud. Entonces quienes lo solicitan me parece que tendrían que ser en primera instancia las autoridades de las organizaciones de formación, pues de otra manera no sería legal.

En un sentido un poco más amplio, podríamos decir que los “consultantes”, para usar la terminología de ITESO, también serían unos solicitantes anónimos. Sobre todo en la

fase de formación. Mucho bien haría que todos quienes están practicando, estuviesen en un proceso propio, al menos así, (a lo mejor me estoy adelantando a una de las preguntas que vienen) al menos así, estaría mínimamente garantizada la empatía, un mínimo sería lograr decir: tal vez este otro, que está acá como consultante en tal o cual situación, sintiendo, pensando tal o cual cosa, a eso llego, porque yo mismo cuando he estado en esa posición, en una situación semejante me he sentido de tal o cual manera. Mínimamente por ahí.

Creo que además, y aquí empiezo con los porqués, es el haber experimentado un mínimo de empatía, por haber vivido el otro rol. Pero a lo mejor aquí hay otro rol que tiene que ver con cuestiones teóricas que a mí me parecen de la mayor valía. En psicoterapia asumimos que hay algunos aspectos, los que se quieran mencionar, de los cuales un individuo por sí mismo no alcanza a dar y a darse cuenta, y que entonces, acude a un auxilio, a un servicio de apoyo que es la psicoterapia, en donde encuentra esta posibilidad, más allá del marco referencial. Pero particularmente una parte de esto es la cuestión de lo inconciente, que tiene que ver con la teoría respectiva, me parece que es fundamental estar advertido de ello en el ejercicio de la psicoterapia. Yo he observado como grandes psicoterapeutas, grandes maestros en psicoterapia, que han tomado algún proceso psicoanalítico, que además haya sido adecuado, porque no basta con decir proceso psicoanalítico para decir que ya salió bien, que ha sido bien conducido, que haya llegado a un término suficientemente bueno, que aunque se declaren centrados en la persona, sean humanistas o en algún otro lado; me parece que están posicionados de manera muy diversa que aquellos que también tienen una excelente formación y demás, pero sólo han tenido contacto con una práctica. En este caso en donde lo inconciente no se advierte, me parece que hay una diferencia, porque bueno, muchos humanistas en algún momento han tomado análisis y algunos de ellos se han movido hacia otras propuestas porque han encontrado límites, que los tiene el análisis, y/o porque les ha acomodado mejor a su forma de ser otras opciones, etcétera, no importaría eso, pero creo que queda en las herramientas de un buen psicoterapeuta, el darse cuenta de aquello inconciente de sí, como un elemento que se pone a jugar en la psicoterapia.

Seguiré respondiendo en tres vías:

Una primera, el mínimo de la congruencia. Si yo digo que la psicoterapia procura el desarrollo humano sostenible (DHS) de los individuos, ¿Cómo sostener con congruencia no habérmelo procurado? ¿Entonces prefiero no cambiar en esa dirección? Si sostengo el DHS como teleología, como finalidad de la psicoterapia, cuesta trabajo entonces sostener desde la congruencia no haberme ocupado, no haberme yo procurado el registro de ser consultante, en la orientación que yo estoy estudiando. Vale decir, no haber preferido procurar-me un cambio que sin embargo propongo para otros. Un mínimo de congruencia, antes de cualquier otra razón, yo insisto: ¡Congruencia!

Habría dos posibilidades de que aun prefiriendo el cambio hacia actualizar mi DHS no lo hiciera. Ambas conducen a la dicha falta de congruencia. Quien asume: "yo soy uno quien no tiene potencial para el DHS", se está colocando, decíamos, en una de dos posiciones: 1. "no tengo capacidad" o si se prefiere "tengo incapacidad", lo cual explicaría que no hubiese potenciales; de no ser así entonces se diría 2. "me considero 'acabado', 'finalizado', 'completo', sin falta."; vale decir en la posición del narcisismo, en la completud y por tanto sin potenciales. Solamente desde esas dos posiciones: incapacidad o narcisismo, se sostiene congruentemente la declaración: "yo soy uno sin potenciales" y por tanto sin asumir que requiero proceso propio.

En otro plano un poco más técnico que era el que mencionaba antes, me parece que independientemente de que la orientación que yo llevo no opere sobre lo inconciente, yo debo estar advertido de ello, particularmente de los fenómenos transferenciales y de cómo pueden afectar mi desempeño como psicoterapeuta en la consulta, entonces ahí sería una especie de veta metodológico- técnica que creo muy importante. Creo que a esto, y ahí estarán los diferendos, no se puede llegar si no es a través de un diálogo interdisciplinar, dónde se pudiese pensar colectivamente que hay un objeto que no es un existente real, ni mucho menos, pero si un objeto de estudio construido, que da cuenta de ciertos fenómenos psíquicos, de los cuales de otra manera no se podría dar cuenta, que así se arribó, en el momento inicial de esta vía de la psicología y que hasta hoy día no se ha desdicho que las cosas sean así y que es: ¡que lo inconciente psíquico existe, es!, más allá de los matices teóricos insisto. Se puede hablar de una manera o de otra, pero lo que estuvo en juego acá fue: parece ser que con los datos de la conciencia no alcanza, que hay ciertos fenómenos psíquicos de los cuales tenemos que dar cuenta construyendo un nuevo objeto, lo inconciente. Igual para la conducta, el objeto conducta, el objeto de estudio y de intervención conducta es algo que estaba ahí,

que da cuenta de muchas cosas pero otras se quedan fuera. Dado que toda la psicología se ha desarrollado sobre la conducta, sobre la persona y/o sobre lo inconciente; en un diálogo interdisciplinario respetuoso se tiene que asumir que existen al menos estos tres objetos de estudio e intervención, aunque yo no haga de alguno de ellos mi objeto de intervención. Creo que no hacerlo a la manera que se menciona en los textos clásicos de ética, como está apareciendo en *González (2013)*, donde planteo que en ética se hablaba de la ignorancia culpable, de cuando alguien no puede alegar ignorancia, en la ética clásica en el libro de Gutiérrez Sáenz, que además lo digo con mucho cariño porque es un gran profesor ese hombre, eran libros básicos, él marcaba muy claramente eso de la ignorancia culpable, cuando alguien se dedica por ejemplo a ser ingeniero, e ignora cosas fundamentales para cimentar una casa, no puede aducir luego ignorancia, porque debe de saber de ello, me parece que en nosotros, por ahí va la cosa, yo creo que alguien que dice, no, yo voy a operar sobre lo inconciente, yo quiero estudiar lo inconciente, no puede hacer como si no hubiera conducta y no hubiera persona, y lo mismo para cualquiera de las otras posiciones, creo que tendremos que ser muy cuidadosos de asumir que el ser humano es, que el ser humano es complejo y que de repente unos estudiamos diferentes perspectivas y que sólo en esta posibilidad de reconocer el complejo podemos dar y darnos cuenta de una mejor manera.

Yo no digo que el requisito de formación sea un psicoanálisis, eso no me parecería, como dije al principio incluso congruente en un cierto momento, yo creo que lo que hay que hacer es estudiar y que una vez que uno caiga en cuenta que lo inconciente es, pues entonces uno tiene que asumir, ya no como requisito, sino como asunción, decir: bueno tengo que ir a analizar un poco esa parte inconciente mía. Aunque yo no quiera ser psicoanalista, ni me interese estudiar teoría psicoanalítica, sino esa parte de mi ser, como medio de la psicoterapia, en ese sentido lo digo.

(Pregunta para profundizar sobre los argumentos)

Hay algún registro por ahí de principios del siglo XX, tal vez ya tenga 100 años, donde se habla de la purificación analítica, que era una manera que tenía Freud para referirse a este asunto de: "hay que hacer un análisis, para ser analista". Me parece que ahí está plasmado; me parece que el término tal vez es un poco desafortunado, también sabemos que Freud era muy tenaz o terco depende de cómo lo veamos en los términos que empleaba, porque tenía la impresión de que si cedía en esto, tendría que ceder en

todo lo demás. Pero sí, purificación remite, por lo menos en nuestra manera de escuchar el lenguaje a algo más bien de orden religioso, a que después de esto ya la gente estará en otro estado, lo cual me parece totalmente equívoco, a lo mejor tiene que ver con que el bautismo lo acostumbremos a hacer antes de que el sujeto pueda expresar sus renunciaciones, que parte del rito que para los católicos es una purificación y demás. Pero si creo que remite mucho a estas ideas, entonces más bien me parece que el asunto va por el lado de la asunción, a lo mejor si queremos usar también términos religiosos, en sentido de la ¡humildad!, no tanto ¡voy a purificarme de los pecados!, ¡voy a que me absuelvan de mis pecados!, sino más bien, ¡voy a asumir que soy un pecador como cualquier otro!, me parece que esa sería la noticia que daría un psicoterapeuta que va a terapia, por lo que estaría asumiendo, ejemplar y modélicamente. Es decir, sí esto es algo que a los seres humanos nos viene bien, por eso estoy yo acá, y por eso es que te invito a que estés acá, porque nos viene bien de verdad. Me parece que ese es el cómo, que sea requisito, sea como sea, luego tiene que ver hasta con aspectos burocráticos que le llaman requisito, porque si no, no les pagan a los profes y cosas de esas en las formaciones, pero tendría que ser como ese punto de: y bueno ¿cómo voy yo a dar cuenta del requisito? Pues los formadores tendrían que decir, pues yo tuve que ir a terapia por esto y esto, y fue entonces cuando, a lo mejor no fui al principio y me costó esto y esto, pero luego ya que fui pude ver esto y esto, como ese tipo de testimonios que tienen que ver con la humildad y no con los puros, con los pecadores y no con los puros, con los humildes y no con los salvos. Lo que realmente tiene que ver con esta asunción, la manera de quitarle todo esto religioso y demás, es simple y sencillamente manejarlo así, no queda otra que dar testimonio de la propia humanidad, por eso es que uno acudirá al proceso, y de cómo esa humanidad propia puede o no tener injerencia para procurar o para resistir los procesos que uno facilita, conduce o como se quiera decir, creo que está más por ahí. Yo creo que ahí Freud no uso una palabra feliz.

Pero tiene otro aspecto muy interesante que es: ¡Ah que buen negocio es esto!. Porque si yo obligo a todos mis alumnos a que vayan a terapia, a que vayan con ciertas personas, pues esto deja unos ciertos ingresos que parece ser que no se cuestionan, yo creo que es un aspecto a considerar. En concreto en la Universidad iberoamericana León en el programa que se diseñó, se puso como un requisito, un requisito extracurricular, del cual tienen que dar evidencia, pero no se les señaló ni una lista, ni

una corriente, se les habla de la congruencia, de darse la oportunidad de asumir que su ser no suficientemente bien clarificado puede tener injerencias en el proceso y por ahí causar daño y todo esto, pero si alejar cualquier punto de que se pueda suponer que esto es un negocio para tener más o menos llenos nuestros consultorios. Creo que durante mucho tiempo y también por mal obra de algunos psicoanalistas esto fue así, hay muchas críticas al respecto, incluso algunas escritas, sobre todo contra el psicoanálisis, me parece que tendría que universalizarse porque hay instituciones no psicoanalíticas que también tienen su lista de con este sí se vale y con este no, y eso más bien me parece que hay que analizarlo incluso en términos de la ley del consumidor y de la Profeco, así de llano me parece el asunto, se vale tener una oferta, se vale promover la oferta que yo considero que es mejor que otra oferta, pero no es posible que esté sujetando, haciendo objeto a los alumnos para ir a un determinado proceso, esto me parece que está fuera de muchas consideraciones éticas, teóricas, técnicas y que debería ser analizado incluso insisto, llanamente como un asunto de libertad del consumidor de los servicios que ofrece la psicoterapia.

(Conclusiones)

Insisto que la congruencia me parece un mensaje suficientemente potente, la posibilidad de potenciar la empatía al vivenciar el lugar del otro.

Tiene también un aspecto muy formativo, cuando se está ahí con su terapeuta, uno aprende técnicas y se empieza a preguntar cosas, hasta por ahí va el provecho de hacer el propio proceso, sobre todo estar advertido de ese quien uno es; yo sostengo que la psicoterapia sirve básicamente para dos cosas: para preguntarse quién soy yo o para preguntarse cómo hago. Creo que el propio proceso en una formación tiene que ver con quién soy yo, porque ese quien soy yo, es ese que interviene en psicoterapia y el que si no está advertido de esas cosas que podrían procurar o podrían resistir los procesos de ayuda al otro, pues no va a estar siendo responsable de su ejercicio profesional.

Hay otro asunto que ya no es tan sublime, una utilidad que es más bien como egoísta, que es como el cubre bocas del dentista o como los guantes del médico. Sí, tiene una función de asepsia respecto del campo en el que se va a intervenir, pero también tiene una función de protección del propio interventor, creo que el proceso de psicoterapia también permite procesar una cantidad de ansiedades que se generan incluso de

alguna crisis, que se generan en torno al proceso de psicoterapia cuando este es serio. Enfrentarse al saber de lo humano para intentar intervenir en él, no es una tarea que esté exenta de ansiedades, moviliza muchas cosas, eso es común, es una experiencia común yo creo que de todos. Y bueno que mejor que contar con un espacio donde yo pueda tramitar esto y a lo mejor no tramitar en el sentido de serenarme o que me regresen las certezas y se me quiten ansiedades, sino de meramente descubrir que así es, que no es un proceso pacificador en principio, es un proceso de búsqueda, de encuentro con lo que haya que encontrar y de buscar de lo que haya que dar cuenta. Sí, también creo que protege a los interventores en formación, menos advertidos que otros con más experiencia, a lo mejor se pueden no tomar un paciente en un momento dado, porque ya tienen un poco más de escucha, pero en la formación más bien nos asignan los casos, nos va tocando y estamos más expuestos.

También creo que es una manera, aquí si de una manera más organizacional de mostrar seriedad, también para eso sirve, una institución que no lo pide como parte de la formación, me parece que estaría lanzando hacia la comunidad, hacia la sociedad un mensaje de poca seriedad. En la lógica de, aquí hay una formación para que la gente procure el desarrollo humano sostenible con otra gente y entonces, ¿por qué nosotros tendríamos que ser ajenos a eso?, nosotros ¿qué no somos humanos?, y vuelta al asunto de, ¿qué ya somos puros? Insisto aun cuando alguien hubiera tomado ya un proceso, ¿entraste a esta formación?, tómalo de nuevo no va a pasar absolutamente nada dañino en principio.

Yo agregaría para finalizar, la importancia de que esta pregunta que tal vez muchos formandos, legítimamente se han hecho de ¿yo por qué tengo que ir?, a veces desde la licenciatura, a veces desde un posgrado, que se esté tratando de dar cuenta de ello, me parece muy importante. Creo que de todas maneras se van a presentar las dudas y los cuestionamientos, pero que haya ya un esfuerzo de sistematizar este tipo de ideas de respuestas me parece que es muy útil al menos para, en un momento dado decirle a alguien: ¡hombre pues no me creas a mí!, ve y léete este trabajo, en dónde puedes escuchar a más hablar al respecto. Entonces felicidades.

Entrevista: agosto 2012

Revisión para su publicación: septiembre 2013

Mtro. Camilo Said Sabag Ordaz

Ha participado como formador en la Sociedad de Psicoanálisis de León- México, A.C. SOPAC

Lo solicitan con diferentes motivaciones, a veces nada más porque es un requisito. Ya les dijeron que era necesario -en sus respectivas instituciones-, ya les insistieron mucho, entonces cuando tienen tiempo -y dinero- vienen a un proceso. Para algunos de ellos la motivación es sólo porque es obligatorio. No hay algún problema específico que quisieran trabajar. Obviamente al estar ya trabajando en su tratamiento, empiezan a salir cosas y a decir: “¡ah mira! siempre quise hablar de esto pero nunca me había animado”. Cuando no hay esa motivación duran poco tiempo en el tratamiento. Es difícil trabajar así -cuando se ve como un trámite- porque hay una idea, sobre todo en psicoanálisis, que mientras dure la formación, debes mantenerte en tu tratamiento.

¿Está idea de dónde surge? ¿Por qué se cree necesario que asistas a un proceso mientras estés en una formación en psicoterapia o psicoanálisis?

En psicoanálisis, surge a partir de los escritos de Freud. Recomendaba a los aspirantes a psicoanalistas vivir el psicoanálisis, -todos, menos él, curiosamente-. Todos los demás sí tenían que vivir un proceso, como si ya fuera una prescripción. Yo he escuchado desde mi formación, a personas decir: “pero si yo no necesito”, “para qué sirve esto”, y quejas al respecto, sobre todo de gente que no venía del área de la psicología. Los psicólogos, por el contrario, como que nos vamos haciendo a la idea desde mucho tiempo antes.

A lo largo de mi trabajo, de mi experiencia, he ido cambiando mi percepción de lo que es un proceso terapéutico, de hecho, decirle terapéutico ya me cuesta trabajo. Este modelo médico que tiene que ver con la enfermedad y que tiene que ver con la curación: la idea de que en algún momento te curas, ya no me convence tanto; verlo desde esa perspectiva. Me gusta más ver el proceso terapéutico, como un proceso de aprendizaje sofisticado, que por medio de una conversación íntima, ventilas, piensas o reflexionas en aspectos que, en ningún otro espacio tienes oportunidad de reflexionar, y desde el punto de vista de los procesos del pensamiento, lo que es el pensamiento reflexivo, lo que tú no conversas con alguien, no pasas de tus mismas creencias, tus puntos de vista. Es decir, conversar con alguien de aspectos muy íntimos de ti, te da la

oportunidad de verlos desde otra perspectiva y transformarlos. Entonces lo vivo como un proceso reflexivo, a partir de una conversación íntima con alguien, que tiene la intención de ayudarte, estés o no estés enfermo, te consideres o no te consideres enfermo, quieras o no quieras curarte. Siempre hay aspectos íntimos que, si los conversas con alguien, evolucionarán. Entonces desde este punto de vista a cualquier persona le beneficia un proceso así. Por lo tanto cualquier candidato a ser psicoterapeuta o psicoanalista que viva un proceso de análisis y que lo viva como una oportunidad de reflexionar ciertos aspectos íntimos, va a sacarle provecho.

Creo que con ello se ejercita la habilidad para conversar de lo íntimo, para escuchar diferentes puntos de vista, y explorar diferentes aspectos de uno mismo. Es importante porque uno se tiene que construir una identidad como terapeuta, y construir aspectos de tu identidad implica, conversarlos con alguien, tener otros puntos de vista. Así es como yo lo veo.

¿Qué beneficios tiene participar en un proceso psicoterapéutico?

Te permite vivir este proceso, desde la persona que está siendo ayudada, eso siempre sirve, creo que sería una visión muy parcial, si uno sólo lo viviera del otro lado, del que ayuda. Creo que complementa, la percepción, la visión, las expectativas. Puede uno identificarse más con la persona que está siendo ayudada, si uno ha sido ayudado en un proceso similar. Es formativo desde el punto de vista formal, pero también informal porque tú aprendes de bulto muchas cosas, que luego repites, hasta formas de hablar y cosas así. Es curioso como uno, podía percibir con sus terapeutas de qué escuela venían, por el tipo de comentarios que hacían.

Se van aprendiendo muchas cosas por imitación, por ejemplo, entonces, creo que es indispensable vivir la experiencia como paciente.

En tu práctica has atendido seguramente psicoterapeutas en formación, desde tu experiencia ¿los psicoterapeutas en formación asisten con la convicción de que es necesario, o es verdad que pueden ser los que más se resisten a un proceso?

Depende de cómo definamos necesario, yo creo que los psicoterapeutas en formación, vienen con la idea de que es necesario, primero porque si no, no asistirían, entonces hay una necesidad práctica. Pero la dificultad más grande que yo percibo en personas que están más o menos empapadas de todos estos temas, es que lo idealizan, en

palabras como "el proceso", quiero un "proceso", ese término, creo, tiene mucha carga medio mágica, como si fuera algo diferente de otro tipo de comunicación humana, claro que tiene sus diferencias, pero no tanto como lo imaginan. Ahí viene este sentido mágico, creo que esa fue su necesidad, estar siendo iniciado. A veces trae también esta carga de despreciar otras formas de ayuda, porque "esto sí vale", esto sí es importante, esto es mejor que otras maneras de recibir ayuda, creo que ese es el mayor obstáculo, una visión parcial muy sesgada, muy idealizada de lo que es un proceso terapéutico. O el diván, sobre todo el diván, tiende a fomentar mucho, ésta fantasía.

Comentas que vienen mayormente porque es un requisito y que algunos, sobre todo los que no son de esta área, dicen que van a dejar de ir en cuanto se termine la formación ¿qué pasará con esto, si valorarán el hecho de que es algo que puede ayudarles en su práctica como psicoterapeutas?

Sin embargo, no creo que sea la mayoría los que vienen así, quizá antes, pero ahora no. Algunos vienen con esta visión como de requisito, sobre todo los que no han tenido familiaridad con estos conceptos o con esta idea que tiene que ver con la identidad. Si tú desde la prepa o desde la universidad vienes deseando ser psicoterapeuta, ya vas construyendo una identidad como candidato, y eso implica estar en terapia, es como muy conocido eso pero, digamos, alguien que viene del ámbito de la medicina o de otro ámbito, donde no ha venido formándose ésta identidad, pues lo ven como un requisito institucional simplemente. Y sí, hay muchas resistencias a registrar ciertos aspectos íntimos, no hay manera, porque además no necesariamente hay síntomas molestos, y si no hay síntomas, y si no hay de verdad la motivación desde el malestar, desde el dolor, desde la necesidad de revisar un aspecto íntimo, no se realiza. Claro que uno hace el trabajo de ayudarles a tomar conciencia de las resistencias, pero no siempre se puede.

Muchas gracias Camilo, ¿no sé si quisieras agregar algo más a lo que ya me has dicho?

Finalmente, no sé qué tanto se pueda hablar de un requisito, pero yo creo, que a un maestro, a un papá, a una mamá o a cualquier persona que tiene una función de liderazgo, que son autoridad, o que tienen poder sobre alguien, le beneficiaría un proceso psicoterapéutico. Eso estaría muy bien. Y te lo dicen médicos que han estado en terapia, que revisan su identidad como profesionales, que revisan su forma de

comunicarse con los demás, la forma de ejercer el poder, repito, te dicen: “¡qué bueno que me estoy dando cuenta de esto!, ni cuenta me daba de cómo puedo abusar del poder, de cómo puedo transmitir una actitud inadecuada”.

Yo creo que a cualquier persona le sirve, pero sobre todo a las personas que ejercen poder sobre alguien. Ponerlo como requisito, sería algo bueno, que fuera requisito para cualquier profesión donde se ejerza poder, pero insisto, quitarle esta carga que implica el modelo médico. Verlo más como un proceso muy sofisticado de aprendizaje y de construcción de la propia identidad.

Entrevista: abril 2012

Revisión para su publicación: diciembre 2014

Psan. Teresa Granados Vera

Directora de APPAB (Asociación de Psicoterapia Psicoanalítica del Bajío. A.C)

Si nos remontamos a los orígenes, de cómo se fue creando el método psicoanalítico, yo creo que desde el fundador, en la medida en que él iba descubriendo este método. En esa época se recurría al autoanálisis y una vez que fue formándose más gente, se analizaban entre ellos. ¿Por qué se vio esta necesidad? pues de alguna manera porque el ser humano está dentro de un grupo social y todos nuestros conflictos, surgen de nuestro grupo primario, en las raíces de nuestro grupo primario, que es la familia. Entonces independientemente de que nos quisiéramos formar como terapeutas o llevar una maestría encaminada a entender toda esa parte humana, pues ya llegamos con conflictos, independientemente de dónde solicitemos nuestra formación, creo que de ahí vienen los orígenes.

En la actualidad o desde la época de mi formación hace casi veinte años, te voy a contestar como alumna que fui y ahora que tenemos la institución varias personas, como formadora. Como alumna, creo que entra uno ya con una necesidad, porque te percatas ya en la formación o desde la licenciatura, te das cuenta de ello, se te mueven cosas y creo que ya depende de cada individuo si se va acercando a sus propios conflictos y eso te lleva a una necesidad de ir, de descubrirte, reflexionar, qué pasa, qué hay en tu interior. Indudablemente al ingresar, se pone este requisito, porque se tienen que cubrir varios ejes, no es posible que tú estés aprendiendo psicoterapia, a nivel nada más de la teoría, cuando no tienes un análisis vivencial, no sólo porque lo requieres en cuanto a aprendizaje, sino porque va de la mano con otros aspectos. Hay varios ejes en la formación, el eje de la supervisión, el eje clínico y el eje de la técnica, entonces en una formación de maestría, encaminada a la psicoterapia o al psicoanálisis, hay que tomar en cuenta todos estos ejes, que se van formando al alumno. Es posible que el alumno, sea muy inteligente y pueda aprender todo esto, pero llega a practicar y ¿cómo lo va a aplicar? si a nivel de la formación o personal, él no ha tenido un análisis vivencial, y ahí es donde le llaman, en el psicoanálisis, el análisis didáctico, que se lleva, tiene este fin. Pero aparte de este fin, es porque el alumno debe resolver y acercarse a sus propios conflictos, se dice que uno se cura con el paciente, pero tú tienes que diferenciar cuáles son tus conflictos, para poder entender al paciente y poder discriminar, sino, la misma enfermedad del alumno o del analista en formación, por más inteligente que sea, por más capacidad, le va a impedir que exista, este manejo

interactivo técnico con el paciente. Creo que antes de verlo las asociaciones como un requisito, yo creo que tenemos que verlo como una necesidad, ojalá de hecho, todos los alumnos que estudian licenciatura en psicología, independientemente que sea educativa, clínica o industrial, se acerquen a sus propios conflictos, porque estamos en contacto con seres humanos, y ya sea que en la práctica, les haces una entrevista o les aplicas pruebas o les haces un psicodiagnóstico, por más elemental que sea, todo el mundo interno del paciente que estás entrevistando se está moviendo y ¿qué hacemos con estas comunicaciones cruzadas, identificaciones proyectivas cruzadas? Entonces creo, que no se debe de ver como una imposición, como mucha gente que yo he conocido, que fue de alguna manera en su momento colega de la licenciatura, que me los encontraba por casualidad cuando yo iba a mi análisis y me comentaban: ¡ah, sí, yo voy a análisis, porque voy a tal maestría y me lo exigen, pero terminando la maestría yo me salgo de análisis! Y claro que esto pues no es así, porque si entran al análisis porque te lo piden, nada más por la maestría, pues con esos dos años o tres años, no vas a resolver tus conflictos, conflictos que uno trae a veces hasta desde lo prenatal por aquello de las fantasías trans-generacionales o lo pre-conceptivo. Yo creo que tiene que haber conciencia por necesidad, para acercarnos un poco a lo que es la salud mental. En las asociaciones indudablemente nos damos cuenta, porque se les pide la carta firmada de su analista y se tardan en entrar, porque todavía no habían iniciado análisis, luego lo corroboramos con un aprendizaje más lento, la misma integración de conocimiento les es difícil y es obvio que vez al alumno como entra en oscilaciones de ansiedad, de angustia, yo creo que más cuando está haciendo la maestría. Entonces desde mi punto de vista, es por este camino, es una necesidad para el crecimiento del futuro psicoterapeuta o del futuro psicoanalista. Cualquier maestría en psicoterapia, requiere que haya iniciado un análisis, acercarnos a la persona.

(Se pregunta, si se presentan dificultades de los alumnos en formación para asistir a un proceso, para tomar conciencia de la necesidad de verte para poder ver al otro)

Sí, si se da, yo creo que tiene que ver con qué es lo que motiva a la persona a hacer la maestría, e implica lo que nos rodea. Tú has visto tanta universidad que hay, con todo respeto sin herir a algunas universidades, yo llamo a unas universidades mercaderes, que lo que les interesa es la población y la cantidad de ingresos, desde ahí no les interesa si el alumno tiene el perfil para la carrera, si el alumno tiene habilidades para ejercer esa carrera, desde el momento en que los eligen así, sin hacerles un examen,

desde aquí, ya se va arrastrando conflictos, llegan a la asociación, con la idea de que, ya teniendo esta maestría, sé que voy a trabajar independiente y voy a sobrevivir, y duran como dos años o tres años, y no, esto no es así, va creciendo el conocimiento, porque es a nivel profundo, la licenciatura es elemental porque es infraestructura, pero luego ya entras a lo que es lo profundo, de todo lo que viviste en la licenciatura y va de la mano con tu crecimiento de salud mental, entonces eso, va paso a paso, pero hay quien al entrar a la maestría dice que solo asiste a un proceso porque se lo piden dicen: ¡yo por mí, no iniciaría un análisis, porque yo me siento bien!. Indudablemente esta gente se sale, también porque se tiene la fantasía, de que entras a la maestría y te vas a llenar de pacientes, te llenas de pacientes y vas a poder tener mucho ingreso, más ingreso económicamente y pues nada de esto es cierto, porque sí, sí los van a tener, pero sólo con el conocimiento de la formación. Pero el tratamiento habla por sí mismo a través de los años, el trabajo te llega solito, sin que vayas y lo busques, es un crecimiento que va saliendo, yo creo que las universidades son semilleros y desde ahí, los que trabajan en las universidades deben hacerles ver la importancia del propio proceso, porque cuando no hay esto, quieren obtener una maestría fácil, entonces eso es muy complicado porque tú estás formando terapeutas pero se supone son terapeutas para la salud mental, deben ayudar a otras personas y si no son capaces de ver su mundo interno, de tolerarlo, asumir, como decimos su propia envidia, su propia voracidad, ¿cómo le van a detectar al otro? o se convierten en un momento dado, como en algunos formadores que te dicen, ¿se te fue el paciente? era un paciente muy enfermo, tú lo trabajaste bien. Pero va de la mano, hay veces que cuando te faltan recursos, el paciente dura poquito y luego se te va, pero vas creciendo profesionalmente y en tu salud y te va dando capacidad de un manejo clínico y el paciente se va quedando, ¿por qué? porque tienes más recursos terapéuticos, entonces aquí está la importancia de la conciencia del tratamiento, va desde la licenciatura, y ojalá logremos hacer una sociedad donde seamos analizables, ya no digo para la salud mental, pero si un equilibrio.

Yo creo que la razón de que mucha gente que no va, tiene que ver con la fantasía de que el psicoanálisis es caro, o que las psicoterapias son caras, también esto si nos remontamos a las épocas de Ana Freud y de Melanie Klein, gente que acudió comentaba que en México se ve como una fuente de dinero, pero ibas a Europa y los psicoanalistas llegaban en bicicleta y era gente muy humana, que si cobraba sus

honorarios, pero no eran las cantidades como para que te hagas millonario, sí debes cobrar porque te sale caro formarte, pero tampoco en honorarios altísimos, no estamos dando un servicio al público, hay que revisar cómo estamos en la actualidad, claro que tenemos que contemplar ganar dignamente, pero no para hacerse millonario, te da para que vivas dignamente, bien. Yo creo que si lo ves de otra manera lo acercas más a la gente, pero hay muchos alumnos que tienen esa fantasía, y es verdad que sale caro formarte pero de alguna manera esa formación te va a dar trabajo toda la vida, y lo económico es una de las resistencias que pone la gente para asistir a un análisis.

En cuanto a la duración se habla de que hay que dar de alta al paciente cuando tiene varios rubros que lo llevan a ser feliz, o que disfrute, uno de ellos su trabajo, que disfrute su sexualidad y la capacidad para relacionarse, y entonces no se logra con un año o dos y mucho menos si lo quieres lograr con sólo el conocimiento de la teoría y la técnica, eso es una resistencia del alumno. Habrá que preguntarse qué te llevó a ser psicólogo y psicoterapeuta, que según estudios tiene que ver con tu historia familiar y si quieres lograr ser psicoterapeuta sin revisar tu mundo interno, pues no se va a poder. Para nosotros analistas es interminable el tratamiento, se dice que nosotros debemos llegar a niveles orales, a lo más primitivo de uno, de nuestro desarrollo, y haber manejado lo que es la envidia, la voracidad y la agresividad. Y para manejar esto, son años, pero esto te da la posibilidad de trabajar estos mismos elementos con el paciente, pero si no los tienes trabajados, no se puede, tampoco quiere decir que no puedas hacer altos en tu análisis por ejemplo si tienes 17 años en dos procesos o con un solo psicoanalista, claro que puedes hacer cierres y retomar posteriormente tu análisis quizá menos profundo que en los primeros años, pero una persona que sólo está durante poco tiempo no logra tener esta capacidad. Los argentinos hablan de que trabajamos con material iatrogénico, de hecho “canceroso”, entonces si te estás enfrentando con material canceroso ¿con qué recursos los estás enfrentando?, tú tienes que estar protegido, tú tienes que saber cómo le vas hacer, y si no tienes un proceso personal, entonces se cometen muchos errores.

Entrevista: mayo 2012

Revisión para su publicación: Mayo 2015

Mtro. Jaime Santos Rendón

Director del Departamento de Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Iberoamericana León.

Miembro activo del Círculo Psicoanalítico Mexicano A.C.

Yo creo que esta pregunta, tendría que plantearse también en función del marco teórico epistemológico en el que uno se encuentra. No sé si alguien formado en los enfoques sistémicos, en el humanista, o en el enfoque psicodinámico tendría la misma respuesta. Yo te puedo hablar desde mi formación, que es el psicoanálisis, y lo que yo te podría decir es que el requisito de pedir análisis personal a las personas que están en la formación como psicoterapeutas pensando en esta Maestría (porque también participo en otro programa que es el de la formación en Psicoanálisis que ofrece el Círculo Psicoanalítico y donde tenemos el mismo requisito), apunta a un elemento histórico del mismo psicoanálisis, en cuanto a que el descubrimiento del inconsciente, que es la piedra angular de la teoría psicoanalítica, se dio en un contexto, donde Freud estaba en un proceso de análisis personal. En otras palabras, no podemos pensar en la construcción del concepto de inconsciente freudiano, sin tomar en cuenta el proceso de análisis personal en que Freud se encontraba.

De la misma manera, otros conceptos centrales que se fueron agregando gradualmente como los de sexualidad, complejo de Edipo, represión, formaciones de compromiso, entre otros, surgieron de la mano de un proceso personal que vivió Freud en el trabajo con sus propios sueños, sus propios síntomas, sus propios actos fallidos, en un análisis que se le llama mal, “autoanálisis”, el autoanálisis de Freud. Y digo que se le llama mal porque sabemos que un psicoanálisis no puede prescindir del otro. El otro para Freud, en aquella experiencia singular que es mejor llamar “el análisis original”, fue Wilhelm Fliess, un otorrinolaringólogo berlinés con quién mantuvo una larga relación epistolar. A través de ella intercambiaron una gran cantidad de ideas, muchas de las cuales dieron pie a desarrollos teóricos fundamentales para el psicoanálisis. Suponemos que Fliess también compartió con Freud sus propias intelecciones teóricas, de las que sin embargo se conoce muy poco porque Freud destruyó todas esas cartas. Sabemos, sin embargo que Fliess tenía una especie de teorización donde vinculaba el ciclo menstrual con una suerte de ciclo nasal, era una teoría peculiar de Fliess. Tuvieron entonces una comunicación intensa de varios años, pero en esa comunicación epistolar, había cartas

donde Freud hablaba más bien de él mismo, de sus sueños, de la exploración de sus sentidos, de sus síntomas y de otras experiencias subjetivas que iban más allá de las producciones teóricas. Así, en ese contexto de proceso personal, es que él empieza a generar los conceptos teóricos.

Lo que se desprende de este primer episodio de los orígenes del psicoanálisis, es que todo aquel que quiera internarse, comprender teóricamente los conceptos psicoanalíticos, así como su dispositivo metodológico, y a partir de ello busque establecer una escucha analítica, necesariamente tiene que trabajar también sus propios movimientos, sus propios obstáculos, digamos sus propias formaciones del inconsciente: sus sueños, sus síntomas. Porque en la medida que uno entienda mejor lo que le está pasando, tendrá o liberará, con mayor facilidad las resistencias, para poder entender los conceptos; y a la inversa también, hay veces que la comprensión teórica de algún concepto, lleva a plantearse preguntas personales. De esta manera se establece una suerte de canal de ida y vuelta, entre el mundo interno, subjetivo del analista o del psicoterapeuta en formación, con los aspectos teóricos o técnicos que está aprendiendo.

Para resumir, sabemos que hay un origen de este requerimiento, el del análisis personal, que tiene que ver con la historia misma del psicoanálisis, con sus orígenes, Pero no solo por remitir a una cuestión histórica es que se vuelve relevante, no es nada más como para rendirle tributo al fundador del psicoanálisis, sino que lo que se aprendió con este origen tan suigéneris, es que para poder comprender al otro, uno tiene que estar trabajando consigo mismo, y en la medida en que uno se lo haga y con ello comprenda mejor sus procesos, entenderá también mejor lo que pasa con el otro; así mismo, en la medida en que uno trabaja con el otro trabaja también con uno mismo. Hay como una relación dialéctica del uno con el otro que se tiene que inaugurar a través del establecimiento del espacio de análisis personal.

En la formación de psicoterapeutas que no tienen necesariamente un perfil psicoanalítico, de alguna manera encontramos una suerte de herencia de este planteamiento del psicoanálisis. Yo creo que desde cualquier enfoque teórico, se puede constatar que una persona que tiene un trabajo personal, que ha tenido la posibilidad de explorar su mundo interno, sus conflictos, sus estilos de relación con los otros, su

vínculo con el cuerpo y con sus síntomas, etc., podrá a su vez trabajar mejor con los otros, escucharlos mejor.

En la maestría de la UIA León, el proceso personal sí es un requisito, y se les pide a los alumnos desde un principio, o más bien se les informa desde un principio, que van a tener que hacerlo. Esto nos plantea otro problema: uno sabe que solamente un proceso de análisis va a ser fructífero, eficaz, si hay un deseo de analizarse, si hay una legítima demanda de análisis. Entonces el que una institución lo plantee como requisito se vuelve paradójico, porque alguien puede decir, que está interesado en el programa de estudios, pero no en un proceso de análisis. Sin embargo la institución lo pide y entonces la persona acude en forma obediente, pero sin algo fundamental que es el deseo de analizarse. Ahí tendríamos una situación un poco de *impasse*, son las contradicciones que se generan en las instituciones donde se pide esta condición. En términos ideales, uno esperaría que la institución no tuviera que pedirlo, sino que el mismo sujeto que quiere entrar a un programa de esta naturaleza, que quiere trabajar con otros y con la subjetividad de los otros y con sus problemáticas, esté ansioso de conocer también lo que le pasa, y quiera iniciar un proceso de análisis. Incluso diría que lo recomendable no es que se inicie un proceso de análisis con el arranque de un programa de formación, sino que se tenga un proceso de análisis previo suficientemente profundo y prolongado, y que como fruto de ese proceso, la persona decida ingresar a una formación como psicoterapeuta. Pero este proceso está invertido, se ingresa a un proceso de formación como psicoterapeutas o como psicoanalistas sin haber tenido una reflexión necesariamente profunda de lo que significa eso.

De esta manera, el que una persona vaya a análisis no significa que esté en análisis, son dos cosas diferentes. Entonces lo ideal es que la persona plantee un deseo de entrar a un análisis legítimo, y que tenga la necesidad de trabajar sus conflictos, sus temores, sus angustias, sus proyectos de vida, hacia dónde quiere ir, qué quiere hacer, que se esté cuestionando. Son paradojas institucionales pero que no hemos encontrado otra forma.

En el caso de la maestría en la UIA no hay una imposición de alguna línea en particular para el proceso personal, se es bastante respetuoso de la decisión propia del alumno. No obstante sí hay una revisión de quién es la persona que está como terapeuta, porque tú sabes en este campo hay de todo, y de pronto puede haber transferencias,

vínculos con alguien cercano a la familia que se dice que es terapeuta y que realmente pues quién sabe, entonces no lo dejamos tan libre. En primera instancia respetamos que el formando entre a un proceso con quien él o ella elija, pero a la vez revisamos la formación y trayectoria del psicoterapeuta elegido. A la vez contamos con un listado de posibilidades por si alguien nos pide alguna referencia.

(Se pregunta si en el caso del Círculo psicoanalítico, es el mismo procedimiento mencionado para la maestría en la UIA, dado que hay instituciones psicoanalíticas que argumentando una “purificación analítica”, el requisito además implica, asistir con un miembro de esa asociación)

Eso es una tradición que viene de la APM (Asociación Psicoanalítica Mexicana), que ha tenido ese tipo de prácticas, en las que ellos no reconocen ningún psicoanalista que no haya sido formado por ellos. De esta manera todos los formandos que pasan por esa institución, tienen que entrar a análisis con gente formada por ellos, es una cosa que en el Círculo llamamos “endogamia”, haciendo alusión a formación endogámica y que en el Círculo hemos evitado a toda costa. En el Círculo, sí exigimos que el proceso sea psicoanalítico puesto que la formación es psicoanalítica. Sería un contrasentido que alguien estuviera en una terapia gestáltica o cognitivo conductual, encontrándose en una formación analítica, simplemente porque consideramos que es importante que conozcan el dispositivo analítico, que lo vivan en carne propia y trabajen los elementos que consideramos que son centrales del análisis, lo que tiene que ver con su mundo interno, con el inconsciente, con los sueños, etc.

De esta manera se hace una mancuerna con lo que se trabaja en el espacio privado, el contenido teórico y con la supervisión. Digamos que en la formación psicoanalítica tenemos tres grandes pilares; lo que son los seminarios teóricos y técnicos, el espacio de supervisión que implica trabajar en la clínica y el análisis personal. Son los tres grandes pilares que tiene prácticamente cualquier formación psicoanalítica de cualquier institución formal. Pero a diferencia de otras, efectivamente el Círculo es respetuoso de las transferencias, si alguien dice “yo tengo dos años en análisis con alguien que no pertenece a la institución” y si en el Círculo constatamos que es una persona formada, que tiene seriedad en su propuesta, no hay ningún problema, básicamente así es.

Acá en la maestría no hay un requerimiento de que sea psicoanalista, ni tampoco tenemos problema de que no sea profesor nuestro o formado por nosotros; de hecho es

más bien un poco al contrario, procuramos que si alguien va a estar en análisis con alguno de nuestros profesores que viene a impartir materia, no le vaya impartir materia a esa persona. Eso es algo que no todas las instituciones cuidan. En algunas instituciones permiten el doble vínculo, por llamarlo así, ser paciente y alumno de la misma persona, está ahí una doble vinculación que nos parece que genera ruido, que estorba a los dos espacios, al espacio docente, académico y al espacio analítico.

(Pregunta para profundizar sobre el para qué del proceso personal)

Yo creo que en primera instancia el conocimiento de sí. Yo creo que lo que decía Lacan era correcto cuando planteaba que la principal resistencia del proceso analítico es del analista, no tanto del paciente. Sabemos que el paciente se resiste a trabajar sus núcleos dolorosos por eso son inconscientes, pero si el terapeuta no tiene un buen trabajo consigo mismo, esas resistencias van a aflorar en el trabajo clínico y no podrá escuchar cosas que él mismo no se ha podido decir, si uno trabaja bien consigo mismo, uno abre el camino para escuchar cosas que el otro no quiere saber de sí. Entonces, en primera instancia ganar conocimiento de uno mismo, saber dónde están los puntos fuertes, con qué situaciones trabaja uno bien, cuáles son las situaciones clínicas que le generan más ansiedad; si uno puede detectar por ejemplo que uno no puede trabajar con ciertas problemáticas específicas, poderlo reconocer es un ejercicio ético, de honestidad (es algo que en el psicoanálisis se le llama asumir la propia castración, lo que supone un intenso trabajo con el narcisismo propio).

Si uno no tiene ese trabajo hecho, se pueden hacer cosas verdaderamente abominables en la clínica, iatrogenias, se pueden proyectar sobre el paciente cosas que uno como terapeuta no quiere ver, uno puede ver al paciente como aquel que tendría que hacer cosas que el terapeuta no pudo hacer, cosas bastante deleznable de la clínica, si uno como terapeuta no está advertido de cuáles son las principales dificultades, conflictos internos.

(Pregunta en relación al aprendizaje en el propio proceso, en específico al llamado psicoanálisis didáctico)

En el Círculo tenemos una postura respecto al psicoanálisis didáctico, sería algo así como, “o bien el psicoanálisis no es didáctico, ningún psicoanálisis es didáctico o cualquier psicoanálisis es didáctico”, es una formulación contradictoria, un tanto extraña

pero me explico un poco más. El psicoanálisis no puede ser didáctico en el sentido de que sea nuestro analista el que nos viene a enseñar algo sobre nosotros mismos. Con Freud aprendimos que, quién tiene el saber sobre lo que nos pasa, no es nuestro analista, es uno mismo. El analista está en una función de ayudarnos a desatorar los obstáculos que nos impiden acceder a ese saber, pero finalmente el psicoanalista no es un maestro del paciente, y lo digo así porque en ciertas escuelas psicoanalíticas se ha planteado que un ideal terapéutico del análisis didáctico, es que el paciente-formando se identifique con su terapeuta y siga sus pasos. Yo creo que ese es un error, yo no creo que una meta terapéutica sea que el paciente se identifique con su analista, yo creo que el analista tiene que renunciar a esa posición narcisista, donde la demanda del paciente lo quiere colocar. Cuando un analista se coloca en ese lugar de ideal del yo, de modelo, pienso que se está pervirtiendo la relación analítica, y se está convirtiendo en una Pedagogía, al estilo de Anna Freud. El analista, por lo menos desde el enfoque desde donde yo entiendo el psicoanálisis, porque como sabes hay diferentes lecturas, tiene que desaparecer “del cuadro”, en el sentido de no plantearse como ideal. Desde luego que ello genera un vacío, una falta, pero es precisamente esta falta lo que genera el trabajo analítico, permite la elaboración, permite el movimiento de la transferencia, y con ello el movimiento interno del paciente, su crecimiento. ¿No se infantiliza acaso al paciente cuando se le pide que sea como su analista? Si el analista no se descoloca del lugar de ideal del yo del paciente, satisface la demanda que el paciente plantea en la transferencia, y la fija, la detiene. El analista queda confundido con el lugar del saber. En ese sentido el psicoanálisis no debe ser didáctico.

Ahora, en qué sentido sí es didáctico, solamente si entendemos por “didáctico” que en todo análisis se produce un aprendizaje, en el sentido de un acceso al propio saber; a través de ello, uno conoce mejor sus procesos internos, sus propios conflictos, sus escamoteos, pero no porque el analista le enseñe nada. Por eso es que en el Círculo Psicoanalítico no se habla de análisis didáctico, se habla del análisis del analista, o del analista en formación. Incluso se considera en el Círculo que puede haber gente que ya trabaja analíticamente, o que ya es psicoanalista y que ingresan al círculo para enriquecer su formación.

Acá en la Maestría esto no está tan trabajado, tampoco se habla de un análisis didáctico, se habla del trabajo personal, del proceso personal de los terapeutas, no se pone un adjetivo de ser didáctico. Acá hablamos del espacio personal con un terapeuta

que sea serio, que tenga una formación constatada para nosotros, pero de la línea que el alumno elija.

Agregaría, que lo ideal es que no fuera un requisito, sino que se hablara del deseo, del deseo de conocerse y de entrar en un proceso personal. Tal vez en el arranque sea un requisito para el alumno, pero lo que desearíamos es que si fue así, gradualmente deje de ser un requisito y se convierta en su espacio, donde va a hablar de todo lo que tenga que hablar, donde va a tratar de enfrentar sus fantasmas, sus obstáculos, sus conflictos y tratar de resolverlos y entonces la palabra requisito deja de tener sentido. En otras palabras, que surja una demanda de análisis. Si se mantiene el sentido de “requisito”, no será un análisis, aunque haya estado cuatro años o cinco en proceso. Yo haría ese cierre con la consideración de ese concepto.

Entrevista: septiembre 2013

Revisión para su publicación: enero 2014

Mtra. Georgina Leticia Lira Mendiola

Coordinadora de la Especialidad en Terapia Familiar de la División de Ciencias de la Salud del Campus León de la Universidad de Guanajuato.

Docente de la Maestría en Psicoterapia Clínica de la Universidad Iberoamericana León.

En el caso del programa que yo coordino que es la Especialidad en Terapia Familiar, es importante mencionar que nace de un convenio con el IFAC (Instituto de la Familia A.C.) El IFAC lo tenía como uno de sus requisitos, cumplir con horas de supervisión y cumplir con un tratamiento al mismo tiempo que inicias el programa y hasta que lo terminas. Y de hecho esto se ha ido no sólo manteniendo sino reforzando. En la actualidad ya no mantenemos el convenio con el IFAC (El IFAC se termina cuando concluye la segunda generación). El programa ha sido revisado, actualizado y modificado, pero se siguen conservando estos dos requisitos.

Para mantener los criterios que se solicitan en los consejos, se lleva el siguiente proceso: nosotros otorgamos el diploma, se registra ante Profesiones y profesiones da una cédula de especialista en Terapia Familiar. El proceso personal es uno de los requisitos solicitados a nivel general, lo establece tanto el Consejo Mexicano de Terapia Familiar, como la Asociación Internacional de Terapia Familiar. Yo estuve en dos periodos formando parte del Consejo Mexicano de Terapia Familiar en donde se quería regular el ejercicio del terapeuta. Incluso ahí se fueron estableciendo algunos criterios, como que, lo ideal era, que fuera especialista y no maestro. Y bueno, los requisitos que ellos solicitan son: acreditar los créditos (materias), estar en terapia durante el proceso de estudio y 200 horas de supervisión. En ese sentido lo hemos conservado porque en primer lugar como se otorga la cédula, se pide cubrir no solamente con el número de créditos sino con estos dos requisitos.

Ahora, no solamente lo pedimos por pedirlo, al menos lo que he observado en mi experiencia, sobre todo en el caso de nuestros alumnos cuando empiezan a ver familias y que esto es obviamente mucho más claro en un proceso de grupo, porque la terapia uno a uno es diferente a ver a cuatro miembros de familia o tres o los que sean. Es mucho más fácil que se den, llamémoslo: aspectos autoreferenciales como lo manejamos en lo sistémico o que se repita un isomorfismo, o que se dé un proceso de

transferencia y contratransferencia. Entonces es común que en la supervisión los alumnos digan: “es que no sé por qué aquí me pasó esto, o sentí aquello, o me movió aquello, o me identifiqué con, porque en mi familia...”. Yo diría que en ese sentido la identificación es casi masiva, por la relación que se tiene en la pareja, que se te remueven cosas, o por el lugar que ocupas, o por el rol.

En nuestra última modificación incluimos las practicas posmodernas y desde lo posmoderno estaríamos por decirlo así, en una contradicción, porque en este caso es una obligación. De hecho recuerdo haber platicado mucho con Sylvia London y con Margarita Tarragona que pertenecen al Grupo Campos Elíseos y que son quienes han ido delante de los demás institutos de México en el tema de posmodernidad, marcando estas diferencias. Llegué a platicarlo mucho, porque curiosamente cuando yo empecé a tener contacto con el tema de las prácticas colaborativas, precisamente el programa estaba en proceso de modificación, y el planteamiento de Sylvia era, que se supone que no se necesitaría, porque pareciera que nuevamente viene alguien que está por encima de, a decir; tanto en la supervisión como en el proceso de psicoterapia. A decir si estoy haciendo las cosas de manera adecuada. Sin embargo, aun así yo lo justificaba diciendo que tener una visión postmoderna no es solamente mantener esta horizontalidad, sino también incluir todo aquello que en algún momento te permita funcionar de la mejor manera.

Aquí ¿por qué mantenemos la supervisión y por qué mantenemos el tratamiento? pues porque lo piden los consejos y Profesiones. Entonces nuestros alumnos al solicitar su cédula de especialista les van a pedir estos requisitos y de igual manera si nuestros alumnos quieren pertenecer al Consejo Mexicano de Terapia Familiar les van a pedir también estos requisitos, si nuestros alumnos quieren ingresar a la Asociación Internacional de Terapia Familiar con mayor razón se los van a pedir. Es decir hemos visto que son requisitos en este caso puestos por Profesiones y por el Consejo a nivel Nacional y a nivel Internacional.

Por otro lado, no sólo es por cumplir con un requisito, sino por la necesidad que los alumnos manifiestan en el momento que inician con la práctica. Cuando vez a los alumnos en corto, si ellos no pueden revisar los puntos ciegos o lo que se está

repitiendo en el setting y no hay un espacio donde ellos lo puedan hablar y que muchas veces el espacio de supervisión no es suficiente como para revisar estos aspectos.

(Pregunta sobre el tipo de terapia solicitado)

En el caso de la Especialidad en Terapia Familiar, recurren al tipo de terapia de su elección. Lo único que pedimos es que tenga cédula la persona con la que están, y que esté formada como psicoterapeuta, que no sea un egresado de psicología con cédula, sino que sea alguien que esté formado como terapeuta.

Habrà quien va a psicoanálisis, habrá quien va con un terapeuta sistémico y habrá quien diga: yo si quiero un terapeuta posmoderno. Entonces decimos: pues mira, está tal y tal. En algunas ocasiones te preguntan, sobre todo los alumnos que vienen de fuera, si hay alguien que podamos recomendarles. Tenemos una lista de terapeutas que han venido apoyándonos por buen tiempo y les dan un costo más accesible que mantienen durante los dos años de formación. Pero hay alumnos que dicen: no pues a mí me queda mejor tal, porque yo soy de Irapuato, yo soy de Celaya, yo soy de Guanajuato etc. Y como ya lo mencioné, lo único que pedimos es que sea alguien que esté formado como terapeuta y entregar una constancia cada semestre, con fecha de inicio y hasta ese momento, porque es un requisito de inscripción para el siguiente semestre, durante toda la especialidad, los dos años.

Pueden cambiar de terapeuta, es decir habrá quien por circunstancias muy particulares, me ha tocado personas que han estado en proceso con alguien y que al entrar dicen: “bueno ya voy a cambiar ahora”, y prefieren cambiar más que de terapeuta de orientación. Habían estado a lo mejor con un terapeuta individual y prefieren un sistémico, incluso me ha tocado quienes dicen: yo quiero trabajar con mi familia actual, o con mi pareja porque esto me está moviendo mucho.

(Pregunta sobre si la petición del requisito se sostiene a nivel general en las instituciones)

La petición es general al menos el tiempo en que yo estuve en el Consejo Mexicano de Terapia Familiar, quién era presidente en ese momento, el Dr. Raymundo Macías, a su

vez iba representando a un consejo, es decir se formó un Consejo de Consejos por decirlo así, integrado por: la Sociedad Psicoanalítica Mexicana, la de Psiquiatría Infantil, la de Grupos, la de Familia, por ahí había dos o tres institutos más. En el consejo de Terapia Familiar al que yo pertenecía, había como cinco o seis instituciones de Terapia Familiar, algo interesante es que habíamos representantes de provincia, creo que éramos tres personas: yo que iba de Guanajuato, otra persona de Zacatecas y otra persona de Veracruz, tratando de representar los del centro, los del este y los del oeste, en realidad muy poquitos, uno de cada área. Pero Raymundo que era el presidente del Consejo pertenecía a este Consejo de Consejos y se aprobó, que una regulación para el ejercicio de la profesión era cumplir con los créditos, estar en supervisión y estar en tratamiento, variaban el número de horas que cada institución pedía de supervisión, pero por ejemplo ellos pedían 200 horas y en ese sentido nosotros también.

(Pregunta sobre el origen del requisito en la Terapia Familiar)

Pues no, yo creo que si pienso en la Terapia familiar hay una línea que nace de un grupo de psicoanalistas que empiezan a hacerse preguntas con respecto a que el psicoanálisis no responde ante ciertas problemáticas y empiezan a pensar en la inclusión de los familiares a la terapia y entonces hay una línea por ahí. Yo creo que ésta se marca muy claramente. Si hablamos por ejemplo de la línea cibernética en el grupo del MRI los estratégicos, la supervisión si es un requisito, sobre todo porque es “supervisión en vivo”, no así, al menos no lo plantean en su formación, el que estés en terapia personal. Sin embargo hay otros modelos como el sistémico de Milán que me tocó conocer, tanto el de Milán como el de Roma. Me llamó mucho la atención que en Roma en el grupo de Andolfi lo tenían integrado, si tú supervisabas un caso, si tú hacías el familiograma de la familia que estabas atendiendo, hacías tu familiograma, es decir, era supervisión con terapia grupal, no estaba diferenciado como un espacio aparte, porque era analizar junto con la historia de la familia, tu historia personal. Pero también me queda claro que los del grupo de Roma, su origen era el psicoanálisis (*¿Puede ser que sea un requisito heredado?*) ¡Claro!, que al ir cambiando, cambias tu enfoque, tu forma de acercarte a la problemática, pero se van heredando ciertas formas de hacer, que en este caso es la supervisión y la terapia

(Pregunta sobre si en la práctica de los psicoterapeutas en formación, se nota el beneficio)

¡Sí!, yo lo veo de manera muy clara, no sólo con estar en tratamiento, sino también con la supervisión, me parece que permite que el alumno se vaya dando cuenta de aspectos que no había podido ver. Luego los escucho decir: “ya trabaje esto en mi terapia y me di cuenta de... por eso ahora tal”. No profundizan mucho en el comentario pero si es frecuente escuchar: “esto lo tuve que llevar a mi proceso”. Y hablan de un espacio que facilita, que les ayuda. Al inicio del semestre he escuchado a algunos alumnos sentirse como obligados al tratamiento, y expresan: “bueno pues ahorita no tengo broncas”. Yo digo ok, algo podrás revisar. Pero cuando se les asignan familias. “¡Ya tengo que!”. Ya no es un espacio que parezca desperdiciado. Cuando empiezan a trabajar con familias siempre va a haber algo que les va a permitir revisar, analizar, ver algo, o verlo desde otro lugar.

Me parece que se convierte también en un espacio académico, en un espacio de aprendizaje muy importante. No académico en el sentido de que tu terapeuta te enseñe a, pero sí de aprendizaje donde vas reconociendo, o aprendiendo cosas de ti, que te van facilitando tu trabajo como terapeuta. Viendo aspectos que vas entendiendo, porque se repiten o porque experimentas determinada situación, o porque determinados pacientes se te van o porque no avanzas en cierto tipo de casos. En ese sentido lo digo, como completar este aprendizaje que no sólo es el teórico, es el práctico y es el personal.

La Mtra. Georgina Lira, agregó además, que durante el proceso de formación se ve directamente manifiesta la importancia del espacio personal, al llevar por ejemplo las materias:

- Taller de habilidades para la terapia y Taller de familia de origen del terapeuta. Materias que permiten ir analizando desde muchos lugares: verbal, no verbal, relacional, reflexionar sobre dedicar más tiempo a la familia o pareja, cuáles son sus alianzas etc. A través de actividades en las que los formandos representan roles, llevan fotografías de su familia, platillos, hablan de los rituales etc.

Todo ello les invita, a llevar sus reflexiones, necesidades y conflictos a su espacio personal.

Entrevista: octubre 2013

Revisión para su publicación: julio 2014

Dra. Ma. Elena Fuentes Martínez

Tesorera de la Sociedad de Psicoanálisis de León- México, A.C. SOPAC

Formadora de psicoterapeutas y psicoanalistas en SOPAC, en la Universidad De La Salle Bajío y en UNIVA León.

Yo creo que tenemos que partir un poco de la historia. Todo lo que es psicoterapia desde la psicoterapia occidental propiamente hablando tiene que ver con el psicoanálisis, con Freud cuando inicia con este descubrimiento, con sus históricas, del mundo interno, del autoconocimiento, de la importancia del inconsciente, de cómo a través de hacer consciente lo inconsciente en un vínculo interpersonal, es factible remitir estos síntomas o este dolor psíquico de los pacientes. Entonces todos los modelos parten del modelo clásico psicoanalítico, todos, ahora sí que como dice el dicho: “Con Freud, contra Freud pero nunca sin Freud”, todos los modelos parten de alguna manera del psicoanalítico. Freud cuando empieza a trabajar con sus pacientes sobre todo con el caso Dora, se da cuenta que algo falló, que algo pasó ahí que, o no interpretó en el momento oportuno o algo se le fue de largo y no se dio cuenta. Entonces empieza a trabajar el tema de la transferencia y empieza a señalarnos cómo la transferencia es un fenómeno que se da como parte de la empatía, de las relaciones interpersonales normales cotidianas, pero que en el proceso terapéutico se agudiza o se instala con mayor intensidad este concepto, que se ha acotado en el espacio de la psicoterapia. Entonces la transferencia se va a estar presentando en este proceso, el paciente reedita en la figura del terapeuta o del analista lo que ha vivido en otros momentos. Freud ya antes había hecho un autoanálisis con su colega, con su amigo Fliess y empieza a trabajar sus propios conflictos, porque en la transferencia no sólo es lo que te transfiere tu paciente sino lo que tú también sientes en relación con esto que te está transfiriendo el paciente. Si tú tienes un paciente perverso, tu transferencia va a ser perversa y por ende tu contratransferencia va a ser perversa, si tienes un paciente psicótico tu contratransferencia va a ser psicótica, si tienes un paciente neurótico tu contratransferencia va a ser neurótica, si tienes un paciente agresivo tu contratransferencia va a ser agresiva; si seguimos este modelo de complementariedad y concordancia de Racker. Pero qué pasa, si tú terapeuta, en el caso del psicoanálisis analista, no te conoces a ti mismo, se empalma esa transferencia en ti, en tus vivencias en tu historia y empiezas a actuar, empiezas a romper tu ética profesional. Desde lo más mínimo como: voy a darle 5 minutitos más a mi paciente, porque te cae rete bien y

te la pasas súper dentro del proceso, o mi paciente es diputado y le voy a decir que me recomiende por ahí. Hasta lo más grave que es hacer actuaciones de tener una intromisión en la vida de tu paciente, tener sexo, con tu paciente, ser agresivo con tu paciente, si tu paciente en una contratransferencia complementaria es masoquista tú te puedes volver más sádico. Entonces, este autoconocimiento del terapeuta, del analista, es indispensable para que no actúe estas conductas, para que sepa delimitar, primero sepa interaccionar, sepa reconocer, sepa ser empático, sepa contener, pero que también sepa devolverle a su paciente lo necesario, y no lo que él cree que es necesario. Es como luego esos papás que lo que no tuvieron ahora se lo dan al hijo porque el hijo lo necesita, hay que darle al paciente lo que necesita, no lo que yo siento, quiero, o necesito. A partir de ahí qué pasa, el psicoanálisis instala su formación en un trípode que llama formativo que es: los seminarios teóricos, toda la formación teórica; la supervisión de casos, entonces se hace seguimiento de casos de cómo está trabajando el estudiante en formación; y el análisis personal, entonces el análisis es uno de los trípodes de la formación. El psicoanálisis empezó desde este autoconocimiento de la transferencia y contratransferencia de Freud y luego transmitido a los diferentes analistas que se fueron formando. Se vio la necesidad de este trípode y de este pilar que es el análisis personal. Y se viene como historia, todos los modelos terapéuticos posteriores trabajan esto. Yo estudié la maestría en terapia familiar sistémica en la UNIVA, y supervisábamos y teníamos seminarios y se pedía una terapia al educando al estudiante. En La Salle, también doy clase ahí, en la maestría en terapia familiar, también en la UNIVA. En La Salle se les piden 100 horas de análisis personal o de psicoterapia con el modelo en el que se están formando, en el caso de terapia familiar psicoterapia con una persona que maneje el modelo sistémico, en el psicoanálisis con un analista que maneje el modelo psicoanalítico. Yo no sé en otras corrientes por ejemplo los Gestálticos, o los cognitivos conductuales, si les solicitan a sus educandos el proceso. En psicoanálisis para que el terapeuta pueda ser empático sin el riesgo de caer en la actuación o en el “enactment”, hacer cosas que no le corresponden. Y por otro lado también la salvaguarda personal, porque si yo me quedo todo cargado, todo angustiado del contenido que me depositó mi paciente y no lo puedo procesar porque se engancha o se traba con mis propios contenidos o mis formas de ser, voy a enfermar, entonces el análisis personal también es un análisis didáctico de salvaguarda para uno, así yo voy y puedo hablar y analizar, y puedo entender, puede resignificar lo que mi paciente me depositó y que se enganchó con mis propios contenidos y entender

eso y no enfermarme porque este trabajo si realmente lo haces a profundidad es un trabajo que implica y que requiere tu autoconocimiento, si lo haces al ahí se va, o te haces tonto de que estás escuchando al paciente pero estás pensando en no sé qué cosa, pues no necesitarías terapia, pero si realmente eres un profesional honesto que quiere entender a tu paciente, es necesario que primero tú te conozcas, que tú puedas tener la experiencia de estar del otro lado. A mí se me hace de locura psicólogos que tienen 10, 15, 20, ¡30 años!, de trabajar con pacientes, que nunca han estado ellos en un proceso terapéutico ¿cómo entienden que le pasa al paciente? sabe ¿qué están haciendo? sólo ellos saben, porque aparte la supervisión es otro espacio que te permite protegerte, porque no trabajas en soledad, ni aislado, en la supervisión el grupo te ayuda a reflejarte y ver qué está pasando, qué estás haciendo, retroalimentarte. Pues yo creo que desde ahí es importantísimo el análisis personal, que va a depender del área donde te estés formando, a mí se me hace ilógico, que si eres sistémico estés tomando psicoanálisis para trabajar sistémicamente, si lo quieres para tu autoconocimiento personal maravilloso, pero si eres sistémico tu proceso debe ser sistémico, si eres cognitivo- conductual tu proceso debe ser cognitivo- conductual (*¿Para conocer el dispositivo que se está usando?*) ¡Claro!, claro, conocer el dispositivo, te formas desde ahí, porque además el psicoanálisis no se aprende en los libros, el psicoanálisis es una transmisión diferente, se transmite el dispositivo desde tu propio conocimiento de tu inconsciente, si no, no vas a entender el inconsciente del otro (*¿En el caso de la Universidad de La Salle y en la UNIVA donde usted imparte clase, la solicitud es que sea un proceso sistémico?*) Sí, sistémico (*¿Durante los dos años que dura la maestría?*) Sí (*En el caso de SOPAC la Maestría en Psicología Profunda ¿Es equivalente a psicoterapia?*) No, es un poco como la maestría de la Ibero, que es una maestría en psicología clínica, nada más que aquí el enfoque es más psicoanalítico, a lo mejor en la Ibero es un enfoque más integrativo. No, aquí no formamos en la maestría para ser psicoterapeutas, en la formación, en el otro nivel, sí formamos para ser psicoanalistas y ahí si se les pide a los estudiantes análisis. Nosotros en octubre recibimos el reconocimiento de la Asociación Psicoanalítica Internacional (IPA), fundada por Sigmund Freud, como asociación perteneciente al internacional, aquí en León no había, no hay y ya no va haber porque ya nos la dieron y nos aseguraron que en el bajío somos los únicos que vamos a tener esta certificación, somos los únicos psicoanalistas en la zona bajío y uno de nuestros requisitos es que el estudiante esté en un proceso psicoanalítico de 4 sesiones a la semana, en diván, su psicoanálisis de al

menos lo que dura la formación y de preferencia un año antes de entrar a la formación y cuando el analista y el paciente determinen que se va a concluir el proceso (*¿Se notan los beneficios? ¿Qué se espera que obtenga un psicoterapeuta en formación que está en su propio proceso y que atiende pacientes?*). Si hablamos desde la parte formativa, académica, el primer beneficio es que no estás trabajando en el aire, ni que la parte teórica cae en el aire, sino que cae anclado en el practicum de tu propia experiencia. Si cae en el aire la teoría ¿pues qué transferencia? Chalala, chalala, pero ¿transferencias de lo que has vivido? Entonces abona a que tú aprendas integrando teoría y práctica. Yo creo que desde lo formativo académico eso es una cosa. Desde lo formativo personal te ayuda a ti a protegerte, al conocerte te proteges de esos contenidos que luego no vayas a poder procesar, pero aparte el conocimiento en sí, te lleva a un crecimiento, el autoconocimiento, porque el psicoanálisis al final de cuentas puede ir por las tres líneas, por un lado investigas tú sobre tu propia persona, vas sanando síntomas, pero sobre todo vas generando o reconstruyendo tu estructura de personalidad. Entonces si el objetivo es que haya una reestructura de tu personalidad, modificando alguna instancia psíquica tú ayudas a que esto se fortalezca, mucho más fuerte, una persona más creativa, más clara en su pensamiento, no nos volvemos santos ¿verdad? porque el psicoanálisis no hace santo a nadie, pero si ayuda a que la persona realmente goce su trabajo, sea feliz, sea productivo, sea creativo, aprenda a sublimar, aprenda a relacionarse, pero sobre todo que aprenda a conocerse a sí mismo, y el autoconocimiento siempre nos va a llevar a ser mejores. Y sí, sí se ven los cambios, empezamos a ver que la gente es más productiva, tiene mejores trabajos, empieza a tener relaciones más sanas, empieza a mostrar en su praxis una imagen más fresca, más contentos. No es la panacea, pero sí creo que el autoconocimiento de alguna manera es garantía de tu felicidad, de tu responsabilidad, de tus decisiones de vida (*Leí en los folletos de SOPAC que uno de los requisitos en la formación como psicoanalista, es asistir con un miembro de la propia asociación ¿Hay alguna razón para esta petición?*) Mira, mientras nosotros no teníamos la certificación de la IPA nosotros podíamos generar nuestras propias normativas internas, por otro lado era consolidar la identidad de la gente que entra a SOPAC como alumnos de SOPAC, cuando nosotros empezamos a hacer este proceso de certificación con la Internacional, empezamos a ver esta otra posibilidad, no sé qué folleto viste pero ahora lo que pedimos es que sea con un miembro de la IPA, con un psicoanalista didáctico de la IPA, ¿quién es un psicoanalista didáctico? La IPA tiene un montón de socios, en Buenos Aires en

Inglaterra etc., pero toda esta gente, la misma institución los capacita al interior de su institución, los capacita para ser analistas, supervisores y maestros, tienen que hacer una certificación al interior de la asociación. Lo que pedimos ahora es que se analicen con un analista didáctico reconocido por la Internacional. Es como ir buscando una congruencia interna. Mira, por ejemplo en la facultad de psicología, yo trabajé desde el 85 hasta el 2001, siempre estuve dando clase, estuve a cargo del área del trabajo con niños, instalamos un programa GIN-GAP (Grupo Infantil Natural / Grupo Analítico de Padres. Creadores: Dr. Marco Antonio Dupont y la Dra. Adela Jinich) en donde era supervisar, trabajar con niños y trabajar con pares, y uno de los requisitos para que formaran parte de este programa era que estuvieran en psicoterapia y ahí no se les pedía que fuera psicoanálisis, simplemente que fuera un psicoterapeuta con título, certificado de que es un psicoterapeuta, no con cualquier persona, y ahí había muchísimos modelos. En SOPAC lo que buscamos es esa congruencia, si te estás formando como psicoanalista pues que vayas con un psicoanalista (*En el caso de La Salle y la UNIVA el requisito es que asistan con un terapeuta sistémico ¿y también es requisito que sea de la misma asociación?*) No, no porque La Salle y UNIVA son universidades, no asociaciones formadoras, APPAB por ejemplo, SOPAC, LEGRAC, el Circulo Psicoanalítico son asociaciones y ahí posiblemente lo que si se busca es esa congruencia interna. La Salle y UNIVA no tiene psicoterapeutas, tienen maestros que son psicoterapeutas, entonces lo que se les pide es que asistan con un psicoterapeuta certificado en el área en que ellos se están formando, si es sistémico pues que sea sistémico.

(Conclusión)

Yo creo que es súper importante hasta como beneficio personal, yo tengo muchos años supervisando, tuve toda la supervisión del proyecto GIN-GAP y era muy importante ver cómo la gente que estaba en terapia en un proceso personal, tenía más claridad en lo que estaba haciendo, se enfermaba menos, los pacientes se le quedaban, duraban, sus pacientes se iban con un grado mayor de salud mental del que entraron o más contentos, se cumplían los objetivos, yo creo que es vital. No podemos estar como en el modelo del ginecólogo, el ginecólogo puede decir si yo nunca he sido mamá, tampoco tengo que ser mamá para atender una mujer, que es lo que diríamos los psicoterapeutas, pero yo creo que es otro tipo de conocimiento personal, ¿si tú no te

conoces?, ¿cómo vas a ser capaz de conocer al otro?. Es vital, yo creo que en este sentido, es primordial que se tenga este lineamiento, la Secretaría de Educación no puede obligar a las universidades, pero tu reglamento interno sí, yo lo he visto en la UNIVA y en La Salle, forma parte, si tú quieres entrar te dicen: esto, esto y esto ¿aceptas o no aceptas?, y tú decides.

Entrevista: noviembre 2013

Revisión para su publicación: diciembre 2013

Una vez revisados tan valiosos aportes, retomemos que Freud, fue muy claro en indicar el análisis del propio analista como parte de su formación. Desde sus inicios la psicoterapia contemporánea lo asumió. Así lo ilustra una de las primeras terapeutas en tratar a personas con severos trastornos mentales mediante psicoanálisis, la alemana Frieda Fromm-Reichmann (1950) quien señala que debido a la interrelación entre el psiquiatra y el paciente y al carácter interpersonal del propio proceso psicoterapéutico, cualquier intento de psicoterapia intensiva está lleno de peligros, por lo tanto, es inaceptable para el psiquiatra no estar en análisis personal (Citado en Wiseman y Egozi, 2006).

Para Wiseman y Egozi (2006), desde entonces, este elemento se ha considerado esencial en la formación de los terapeutas, en particular por el enfoque psicodinámico (Macran y Shapiro, 1998; Strupp, Butler, y Rosser, 1988).

En el mismo sentido Bellows (2007) describe que entre los beneficios encontrados del proceso psicoterapéutico personal, se encuentran: un mayor autoconocimiento, conciencia de sí mismo, confianza, autoestima y una mejora en cuanto a las relaciones interpersonales, reducción de los conflictos y alivio de síntomas. También se puede ver un mayor perfeccionamiento en las habilidades terapéuticas, como la empatía, uso de la transferencia y contratransferencia, un mayor entendimiento del proceso y estructuración del tratamiento (Citado en Mojica, 2014).

Hoy sabemos, que la psicoterapia para psicoterapeutas, es uno de los bienes heredados de generación en generación, a los diferentes enfoques. Sin embargo, pese a la importancia que en el desarrollo de la psicoterapia se le ha dado a este eje de la

formación, es importante señalar que son limitados los escritos en los distintos modelos de psicoterapia sobre la importancia de dicho proceso. En algunos de ellos, incluso parece nula su referencia. Por ello me complace inmensamente tener de fuente directa la argumentación a la posteridad sobre los orígenes, beneficios e implicaciones de tan ineludible elemento, de reconocidos formadores. Sin duda, este Trabajo de Obtención de Grado se ha enriquecido con los testimonios de los profesionales citados, muestra de su compromiso para con las generaciones presentes y venideras. Todos ellos han contribuido a movilizar nuestros saberes y problematizar nuestras certezas, condiciones necesarias para lograr cambios profundos y reflexionados en nuestro quehacer profesional.

A todos ellos mi más sincero agradecimiento por su generosidad.

Queda ahora la tarea de entrevistar a tres psicoterapeutas en ejercicio, que vivan o hayan vivido la experiencia del proceso personal de psicoterapia, para someter a prueba la hipótesis sobre sus beneficios; recurriendo a la vivencia de los psicoterapeutas como consultantes para obtener evidencia empírica y profundidad del fenómeno, y así, no alejarnos de las experiencias efectivas que nos acercarán a la comprensión del fenómeno a diferencia de la explicación sobre él.

2.2. FENOMENOLOGÍA FILOSÓFICA Y PSICOLOGÍA FENOMENOLÓGICA

“La fenomenología es la ciencia descriptiva de la conciencia y de sus actos”

Husserl

En el presente capítulo estudiaremos la fenomenología como perspectiva de conocimiento y comprensión de un fenómeno, así como sus principales aportaciones al campo de la psicología fenomenológica.

Para seguir un hilo conductor, abordaremos especialmente la fenomenología filosófica desde las propuestas de Edmund Husserl y Merleau Ponty, ya que es en estos autores, en quienes se fundamenta la psicología fenomenológica y el método fenomenológico adaptado a la psicología y psicoterapia. Éste último se abordará en el siguiente capítulo.

I.-La fenomenología como sistema filosófico

En cuanto al término “fenomenología”, Thinés, 1995 (Citado en Zumalabe, 2000) señala

Es en 1764 cuando se utiliza el vocablo por primera vez en un tratado de epistemología (“El nuevo Organon”) publicado por Johann Heinrich Lambert (1728-1777). En 1807, el término es utilizado de forma explícita, por primera vez, en el título de un trabajo filosófico de importancia capital, nos referimos a la “Fenomenología del Espíritu” de Hegel (1770-1831). En la “Teoría de la ciencia” de J. G Fichte podemos encontrar un análisis de la evolución del término desde Lambert hasta Hegel, aunque conviene tener en cuenta que “Exceptuando el caso de Hegel, la fenomenología no constituyó un área de reflexión importante hasta el monumental trabajo de Husserl”. (p 73).

De esta manera, Edmund Gustav Albrecht Husserl (1859-1938) es considerado el fundador y figura central de la fenomenología, también llamada “fenomenología trascendental”, y uno de los filósofos más influyentes del siglo XX.

Los primeros trabajos de Husserl aparecen en los últimos diez años del siglo XIX. Periodo en el que en Alemania, se ponen en duda los grandes sistemas filosóficos tradicionales. Grandes pensadores como Marx, Freud o Nietzsche, comienzan sus primeros trabajos, sin embargo su influencia no alcanzará su esplendor hasta el siglo siguiente. Es una época de supremacía del conocimiento objetivo en la que se desarrolla el positivismo. (Zumalabe, 2000).

Encontramos además, que durante este periodo, como señalan Abad y Díaz (2004), el propio Edmund Husserl, padeció por su condición de judío durante el auge de la pesadilla hitleriana, pues un hijo suyo murió y fue destituido de su cátedra. Por ello, no es de extrañar, que encontremos en sus escritos reflexiones sobre la condición europea, supuesta cuna de la civilización. En su libro Crisis de las Ciencias Europeas y la Fenomenología Trascendental, comenzado en el año 1935, especula sobre la filosofía, al margen de la realidad social de la Alemania de aquel tiempo.

Así, la “cuna de la civilización”, se ve impactada por una crisis epistemológica, y dos devastadoras guerras mundiales: ¿Dónde quedó la esencia de un ser que presume de humano? ¿Dónde quedó el hombre civilizado? ¿Qué significado le dan a la guerra quienes la han vivido? ¿Qué o quienes son responsables de la crisis Europea?

Abad y Díaz (2004) señalan al respecto

Husserl hace responsable de la crisis de Europa, en último término, precisamente al espíritu positivista de Comte, por culpa del cual, según su opinión, existía déficit de teoría. En este sentido, Husserl quiere volver a la mejor tradición griega y, con Platón replantear la filosofía como ciencia rigurosa, cuanto más cercana a la matemática mejor (“que no entre aquí quien no sepa matemáticas”, había mandado escribir Platón en el frontispicio de su Academia), con ello se pretendía poner de relieve el rigor de la meditación filosófica. (p.351).

Sin embargo, no debemos entender el “volver a una ciencia rigurosa cercana a la matemática” como lo haría el positivismo, pues éste, hace referencia a lo “real”, como aquello comprobado por la experiencia, usando como instrumento la razón y aplicando el análisis estadístico y la argumentación matemática para obtener resultados cuantitativos, que darán como resultado una realidad estática. Por el contrario Husserl, buscaba comprender los significados que las personas dan a la realidad, desarrollando la idea de intencionalidad de la conciencia, como consciencia de algo, es decir comprender la experiencia tal y como las personas la conocen subjetivamente.

En este sentido Husserl (1950), señala

Si por “positivismo” se entiende el esfuerzo, absoluto libre de prejuicios, por fundar todas las ciencias sobre aquello que es “positivo”, es decir, susceptible de ser captado de modo originario, somos nosotros los verdaderos positivistas. (Citado en Zumalabe, 2000, p.77).

Ahora bien, hay quienes observan junto con Husserl, que la fenomenología como una alternativa para la comprensión de las ciencias de lo humano, es ante todo una actitud filosófica, tal como se enfatiza en el Atlas Universal de Filosofía (2004).

Según Husserl, hay que combatir la predisposición que nos lleva a considerar los resultados de los procesos perceptivos como descripciones objetivas del mundo, y los contenidos ordinarios de la mente como verdades obvias. Hay que adoptar, en cambio, una actitud fenomenológica, desprejuiciada, desinteresada y crítica, en primer lugar hacia los hábitos del mismo sujeto. (p. 1010).

La necesidad de una ciencia rigurosa ante la crítica de los fundamentos y métodos de la ciencia de la naturaleza

En este escenario, los sistemas filosóficos tradicionales empiezan a ponerse en tela de juicio, y Husserl manifiesta su insatisfacción al respecto. Así lo advierten Sassenfeld y Moncada (2006)

Desde su perspectiva, la imagen del mundo y del ser humano que la ciencia estaba formándose en el transcurso del siglo XIX y las primeras décadas del siglo XX, se alejaban excesivamente de la experiencia genuina que las personas tienen de su entorno y de sí mismas y, en este sentido, no podía ser visualizada como empírica y fidedigna. Husserl estaba insatisfecho con los resultados arrojados por las aplicaciones del método científico positivista en el campo del estudio del mundo externo y la realidad psicológica. (p. 93).

La fenomenología buscaba superar esas insatisfacciones, intentando trascender la separación entre sujeto y objeto, entendiéndose que la experiencia, tal y como la vive un individuo, no puede ser separada en entidades concretas y aisladas mente-cuerpo. Se buscaba entender la manera exacta de la experiencia que el ser humano tiene del mundo, a través de la descripción de esa experiencia tal y como es vivida.

Es así como Husserl, (Citado en Zumalabe, 2000, p.79) define a la fenomenología “como la ciencia descriptiva de la conciencia y de sus actos”.

Para Husserl, la fenomenología es considerada como tres cosas: una filosofía, un enfoque y un método (Citado en Ray, 2006).

En la misma línea Ray (2006) esclarece

La palabra fenomenología se deriva de la palabra griega *fenomenon*, que significa “mostrarse a sí mismo”, poner en la luz o manifestar algo que puede volverse visible en sí mismo (Heidegger, 1962:57). “la fenomenología intenta desentrañar el significado esencial de las experiencias humanas (Bishop y Scudder, 1991:5). De conformidad con la actitud del filósofo Husserl, la fenomenología tiene que ver con la pregunta: ¿Cómo conocemos? Se trata de una búsqueda epistemológica y un compromiso con la descripción y clarificación de la estructura esencial del mundo vivido de la experiencia consciente (el contenido experiencial de la experiencia “originaria”) meditando reflexivamente sobre los orígenes de la experiencia. Así, la esencia de una cosa como “se intenta que sea” o lo que hace que algo sea lo que es sin preconceptos o prejuicios (tradiciones históricas) (Husserl, 1970). (p. 141).

De este modo, Husserl (Citado en Lomelli, 2005) se planteó la tarea de elaborar los principios de una ciencia rigurosa, haciendo crítica de los fundamentos y métodos de la ciencia natural, considerándolos producto de la actitud ingenua del naturalismo y el positivismo al pretender generar el conocimiento verdadero del mundo a partir de presupuestos, sin atender a los objetos en la forma cómo éstos se presentan a la conciencia, que es la instancia creadora de todo conocimiento.

A lo largo de la filosofía de Husserl se han descrito según refiere Spiegelberg (1982) cuatro constantes (Citado en Cohen y Omery, 2003).

La primera era el ideal de ciencia rigurosa. Husserl tenía una sensación de misión que nunca flaqueó. Tenía la esperanza de que la filosofía, después de su reorganización, podría ayudar hasta a los científicos objetivos a aclarar y criticar sus conceptos y presuposiciones fundamentales no claras. Esta filosofía restauraría el contacto con las preocupaciones más profundas del hombre y la ciencia.

La segunda constante en la obra de Husserl fue su radicalismo filosófico. Su punto de partida era la idea de que la experiencia humana contiene una estructura significativa ...

La tercera constante de Husserl era la disposición hacia una autonomía radical. Decía que las personas eran responsables de sí mismas y de su cultura.

La constante final era el respeto por las maravillas, y decía “la maravilla de las maravillas es el puro ego y la pura subjetividad”. El foco central era el ser, consciente de su propio ser y de otros seres. (pp. 161-162)

Como pudo apreciarse, ante la crítica sobre los fundamentos y métodos de la ciencia natural, encontramos un interés creciente por las ciencias de lo humano, un rechazo del dualismo entre naturaleza y espíritu, a través del estudio de la subjetividad relacionada con la conciencia e intencionalidad del mundo.

Es pues necesario, resaltar la vivencia del sujeto sobre el fenómeno, es decir lo captado en un acto de conciencia, retroceder a las cosas mismas, remitirse a los fenómenos, sin presupuestos, ni prejuicios y tomar todo lo que se da en la conciencia tal como se da. Para lograrlo será indispensable realizar un análisis intencional.

Análisis intencional

La filosofía de Husserl, como señala Rychlak (1988) (Citado en Zumalabe, 2000)

Parte de la distinción que realizó Kant entre nóúmenos y fenómenos. Kant dividió la experiencia en dos esferas: noumenal (lo que es en sí, independientemente de las sensaciones que tengamos de ello) y fenoménica (nuestro conocimiento sensorial de las cosas o acciones en el mundo externo). “...generalmente se considera a Kant como un filósofo idealista, ya que según esta opinión la mente (categorías) le da significado a la experiencia y no a la inversa. Sin embargo, Kant se llamaba a sí mismo realista crítico, esto es, que creía en la existencia de una realidad de cosas (a la que llamaba nóúmenos) pero que nunca podría conocerlas directamente; lo que conocía sobre la

realidad era lo que sus sentidos y las categorías de su entendimiento le hacían posible conocer (a esta experiencia indirecta le llamaba fenómenos). (p.78).

Si como advierte Kant no podemos conocer el mundo noumenal directamente, será preciso atender a la comprensión de las vivencias sobre el fenómeno desde el punto de vista de la persona que lo ordena y le da significado. Nótese más adelante, sin embargo, los cambios que sufre la postura de Kant en la fenomenología de Merleau-Ponty. Por ahora nos queda clara, la importancia de recuperar la subjetividad en las ciencias de lo humano.

Así, a la fenomenología le interesa describir cómo se da la correspondencia entre nuestra experiencia y el mundo; su pregunta no es ¿qué es el mundo?, sino ¿cómo llegamos a determinar qué es el mundo? Y es a partir de la cotidianidad de la vida, que nos enseña, que en este mundo no nos la vemos únicamente con objetos empíricos, sino además con tipos de objetividades que pueden ser esenciales. (Villanueva, 2012)

Siguiendo a Zumalabe (2000) La fenomenología se convierte entonces, en el análisis del dinamismo vital que da su sentido a los objetos del mundo.

En el análisis intencional no se parte del objeto en sí, ni de la representación del objeto real en la conciencia del sujeto pensante, sino que se parte de las cosas mismas, es decir, del objeto en cuanto percibido, de la vivencia original a partir de la cual se concibe el objeto bien sea “real” o “representado”. El análisis intencional nos obliga así a concebir la conciencia y el objeto como entidades estrechamente correlacionadas en su propio origen y naturaleza. La conciencia es siempre consciencia de algo y el objeto es siempre objeto para la conciencia, fuera de esta correlación no podríamos hablar ni de conciencia ni de objeto. Por lo tanto. Si el objeto siempre es objeto para una conciencia,

nunca será objeto en sí, sino objeto percibido, es decir un objeto pensado, imaginado, rememorado, relacionado, etcétera. (pp. 77-78).

Para acercarnos de otra manera al entendimiento del análisis intencional, en términos de nuestra investigación podríamos decir que:

1. Se busca la **intencionalidad**, es decir la conciencia de algo, en este caso dirigida hacia: el propio proceso de psicoterapia.
2. El **objeto**: proceso de psicoterapia personal, nunca será objeto en sí, es siempre para un **sujeto**: psicoterapeuta. Es decir, el objeto sólo tiene sentido de objeto de significación, en relación con un sujeto.
3. Entonces, no se parte del objeto en sí: proceso de psicoterapia personal.
4. Tampoco de la representación del objeto real en la conciencia del sujeto pensante: representación del propio proceso de psicoterapia.
5. Se parte de la cosa misma, del objeto en cuanto percibido, es decir **de la vivencia original**: Vivencia del propio proceso de psicoterapia personal.

Lo que sigue en el análisis intencional, es dejar fuera de la conciencia todos los presupuestos sobre el fenómeno, es decir “ponerlos entre paréntesis” mostrando una actitud fenomenológica.

La actitud fenomenológica como suscriben Abad y Díaz (2004) exige mantener una actitud crítica, profundizar en ella a fin de no dejarse arrastrar por los cantos de sirena de las apariencias, pues como investigadores estamos ligados a numerosos prejuicios: individuales, colectivos y culturales, que no podemos eliminar, pero que sin embargo, podemos poner en suspenso momentáneo

No se trata de una actitud completamente negativa, de una renuncia definitiva al saber, sino de una renuncia momentánea a cuanto no razonado exista en nuestras

convicciones sobre lo real, hasta tanto esto no quede claro; se trata, pues, de una momentánea suspensión de nuestras afirmaciones y negaciones sobre la realidad, para tratar de determinar (averiguar), del modo más riguroso y preciso, los condicionamientos subjetivos, es decir, los prejuicios (provengan de nosotros mismos, de la sociedad, de la cultura, etc.) que se encuentran presentes, sepámoslo o no, en nuestras capacidades cognoscitivas. (Abad y Díaz, 2004, p. 354).

El lema de Husserl, la vuelta a la cosa misma, exige pues, una *epojé*, que etimológicamente significa “suspensión”, “tener sobre”, es decir, retenerse, abstenerse, suspenderse o reducirse, de ir adelante.

Este sentido de la palabra *epojé*, “suspender”, implica la consiguiente renuncia de seguir adelante para poder volver a la cosa misma, para mirarla libremente. Entiéndase volver sobre el objeto en cuanto percibido por el sujeto. Dejar el mundo fuera, es prescindir de todo lo que sea innecesario y superficial. Dejar fuera todo aquello que impida resaltar la cosa misma.

En un video de Edmund Husserl de la serie Grandes Filósofos, emitida por el canal (á), televisión por cable de Buenos Aires dedicado las 24 horas a la cultura, a las artes y espectáculos. El Dr. en filosofía. Horacio Banega (2010) al exponer algunos de los conceptos de Husserl y el panorama que se va abriendo a partir de 1913, explica la *epojé* trascendental, señalando que implica, “poner en suspenso la tesis de la efectividad con la que el sujeto percibe al mundo” y una vez que se pone en *epojé* o en suspenso esa efectividad, se analiza lo que queda, y lo que queda es el mundo como un residuo de la conciencia. En analogía con la formulación cartesiana declara: yo pongo en suspenso la tesis de efectividad con la que percibo el mundo, pero soy yo el que la pone, y ese yo que pone en suspenso la efectividad con la que percibo al mundo, es el yo que sigue reflexionando, y el yo que sigue reflexionando, tiene la

posibilidad de volverse sobre sus propios estados de conciencia y cuando accede a sus propios estados de conciencia logra evidencia absoluta.

En efecto, la noción de epojé o suspensión para la fenomenología, es de suma importancia, ya que consiste en dejar el problema de la existencia de las cosas fuera o en suspenso de juicio, para analizarla sin presupuestos y lograr evidencia absoluta. Como consecuencia de ello, la realidad no resulta modificada, sino que es ésta actitud la que permitirá alcanzar la conciencia pura.

Son muchos los tipos de epojé mencionados en las obras de Husserl, pero se pueden considerar tres principales, según observa Gutiérrez Sáenz (1999)

1. La epojé filosófica consiste en poner entre paréntesis toda teoría filosófica y todo presupuesto, con el fin de enfocar la atención exclusivamente en los objetos.
No se aprende Filosofía, dice Husserl, estudiando a los filósofos, sino yendo a las cosas mismas, a los objetos sobre los cuales se va a filosofar.
2. La epojé fenomenológica (la más socorrida y llena de equívocos, según comenta Teodoro Celms), consiste en poner entre paréntesis la existencia o ser real de los objetos, para tratarlos sólo en cuanto fenómenos, o sea, en cuanto que se me manifiestan o aparecen.
3. La epojé eidética consiste en poner entre paréntesis todo lo accidental, fáctico y contingente, para enfocar en el fenómeno solamente lo esencial, lo necesario, lo a priori. (pp.182-183).

La epojé descubre el mundo en tanto mundo, pues al dejar el mundo fuera, en paréntesis, el fenomenólogo se concentra necesariamente en el campo de la vida de conciencia y es sólo con la desatención a la efectividad con la que se percibe el mundo, que es posible prestar atención al mundo tal y como es vivido por los sujetos.

Una vez que se deja al mundo fuera, como problema de la existencia de las cosas, porque se aplica una epojé o reducción fenomenológica, queda focalizado el fenómeno

a la luz de la conciencia, cuya característica principal es la intencionalidad, o como ya se ha dicho, la conciencia es siempre conciencia de algo o dirigida a algo. En esa intencionalidad encontramos una estructura doble: la nóesis y el nóema. Mientras que la nóesis se refiere a la forma en que algo es vivido, a una parte activa, es decir a la aplicación de las formas de la conciencia que le permiten configurar eso que se tiene enfrente. El nóema se refiere a aquello que se tiene enfrente, a lo que apunta la vivencia como su objeto. En el caso de este trabajo el nóema o aquello a lo que apunta la vivencia, es el proceso personal de psicoterapia y la nóesis serían las formas de conciencia que permiten ordenar ese fenómeno: vivencia del proceso personal de psicoterapia. Las formas en que algo es vivido se constituyen por todas las percepciones del sujeto a nivel cognitivo, afectivo y sentido corporalmente. En palabras simples eso que se vivió (nóema) y las formas en las que se ordena lo que se vivió (nóesis).

Así pues, lo que la fenomenología se propone es analizar las vivencias intencionales de la conciencia para captar cómo se produce en ellas el sentido de los fenómenos y del mundo, entendido éste como un fenómeno global. Por tanto, la existencia del objeto percibido, dependerá de las estructuras de la conciencia intencional, lo que llevará a Husserl a hablar de la fenomenología constitutiva, es decir de la fenomenología entendida como el estudio de la constitución del mundo en la conciencia. (Zumalabe, 2000).

Advertimos entonces que desde Husserl, comienza a percibirse un interés creciente en despertar la conciencia humana del largo letargo a la que las ciencias naturales la habían sometido. Se vislumbra la posibilidad de recuperar la autoconciencia.

Influencia de Husserl en la filosofía europea

La fenomenología creada por Husserl, influyó a toda la filosofía europea del siglo XX, tal es el caso de Maurice Merleau-Ponty (1908-1961) filósofo fenomenólogo francés, quien realiza una crítica a las principales corrientes de la psicología, advirtiendo que existe una interacción constante entre el organismo y el entorno; por lo tanto no cabe estudiar a uno sin el otro, ya que no es posible estudiar un fenómeno sin considerar el mundo que lo rodea. Por tanto, la fenomenología desde este autor resitúa las esencias dentro de la existencia.

Así lo declara Merleau-Ponty (1945)

La fenomenología es el estudio de las esencias y, según ella, todos los problemas se resuelven en la definición de esencias: la esencia de la percepción, la esencia de la consciencia, por ejemplo. Pero la fenomenología es asimismo una filosofía que resitúa las esencias dentro de la existencia y no cree que pueda comprenderse al hombre y al mundo más que a partir de su “facticidad”. Es una filosofía trascendental que deja en suspenso, para comprenderlas, las afirmaciones de la actitud natural, siendo además una filosofía para la cual el mundo siempre “está ahí”, ya antes de la reflexión, como una presencia inajenable, y cuyo esfuerzo total estriba en volver a encontrar este contacto ingenuo con el mundo para finalmente otorgarle un estatuto filosófico. Es la ambición de una filosofía ser una “ciencia exacta”, pero también, una recensión del espacio, el tiempo, el mundo “vivido”. (p.7).

Como Husserl, Merleau –Ponty se replanteó las relaciones entre conciencia y naturaleza de manera dialéctica. Fue consciente del objetivismo y de la insuficiencia de las ciencias de la naturaleza, a tal punto que consideraba que las ciencias humanas no debían tomarlas como modelo, pues al ser su meta la racionalidad el ser humano dirige su ingenua orientación hacia lo exterior, en lugar de la comprensión de sí mismo

(López, 2002). En efecto, señala Merleau- Ponty (1945) “la unidad de la fenomenología y su verdadero sentido la encontraremos dentro de nosotros” (p.6).

Merleau- Ponty, como advierte López (2002) entiende la fenomenología no como explicación del mundo, sino como formulación de la experiencia del mundo, es decir, como ese contacto con el mundo que antecede a cualquier pensamiento sobre él. Así, Merleau-Ponty se apropia de la tarea que Husserl asignó a la fenomenología: recuperar una nueva racionalidad autoconsciente que supere los dualismos y sea capaz de oponerse al dogmatismo de la razón especulativa y al realismo objetivista de la razón empírica.

Recordemos que Kant creía en la existencia de una realidad de cosas, pero señalaba que no era posible conocerlas directamente. En el caso de Merleau-Ponty “No hay que preguntarse pues, si percibimos verdaderamente un mundo; al contrario, hay que decir: el mundo es lo que percibimos” (Merleau-Ponty, 1945, p. 14).

La concepción de Merleau-Ponty (referido por Dantas y Moreira, 2009) nos indica que el mundo ya está allí, por lo que sólo podemos describirlo. Y sólo en la experiencia del mundo vivido encontraremos una ciencia rigurosa, pues el mundo objetivado que se busca investigar, únicamente puede comprenderse siendo éste vivido.

Merleau-Ponty esclarece además

La problemática de la fenomenología, en su versión más elaborada, post-husserliana, restaura la tensión dialéctica entre los polos del subjetivismo y objetivismo extremo al incluir la comprensión del hombre en su facticidad. Esta tensión implicaría en una fenomenología que enfatiza la experiencia como elemento primordial para la comprensión del mundo. Tal comprensión del fenómeno ocurriría en la intersección de mis experiencias subjetivas y las experiencias del otro en variados horizontes vivenciales, como el espacio, el tiempo, el cuerpo y la propia inter-subjetividad. Así, el

real debería ser descrito, visto que no se puede establecer un análisis en la perspectiva de un sujeto y un objeto, ya que es de una constitución mutua entre sujeto y objeto que se trata. (Dantas y Moreira, 2009, p. 248).

De este modo, para Merleau-Ponty el hombre está en el mundo, y es en el mundo dónde se le puede conocer. Es un ser encarnado en el mundo. Entonces, si el mundo ya está ahí antes de la percepción, lo que se restaura es un contacto ingenuo con el mundo. Por lo tanto a diferencia de Kant, Merleau-Ponty enfatiza, que la realidad se describe, no se construye.

Al respecto citemos nuevamente a Merleau-Ponty (1945)

La mejor fórmula de la reducción es, sin duda, la que diera Eugen Fink, el adjunto de Husserl, cuando hablaba de un “asombro” ante el mundo. La reflexión no se retira del mundo hacia la unidad de la consciencia como fundamento del mundo, toma sus distancias para ver surgir las transcendencias, distiende los hilos intencionales que nos vinculan al mundo para ponerlos de manifiesto; sólo ello es consciencia del mundo porque lo revela como extraño y paradójico. El transcendental de Husserl no es el de Kant; Husserl reprocha a la filosofía kantiana el ser una filosofía “mundana” porque utiliza nuestra relación con el mundo, motor de la deducción transcendental, y hace que el mundo sea inmanente al sujeto, en lugar de asombrarse y concebir el sujeto como transcendencia hacia el mundo. (p.13).

Para entender la importancia de la propuesta de Merleau- Ponty para la filosofía fenomenológica y la psicología fenomenológica, debemos adoptar una postura crítica ante la tradición filosófica, que establece desde Platón, una constante supremacía de la razón. Una exaltación del logos, que instaura la dualidad mente- cuerpo en el pensamiento occidental.

Si como señaló Aristóteles en su “tratado del alma” existe una preeminencia del alma racional que define la esencia del hombre (“animal racional”), que no sólo es superior al alma vegetativa y sensitiva, sino al cuerpo del propio hombre. El cuerpo será entonces, sólo un recipiente de la mente.

Más tarde, Descartes confirmó la sentencia de privilegio del logos en sus “Meditaciones”; legando la idea, cuerpo y alma como entidades diferentes.

Es así que llegamos a concluir, que “el cuerpo”, en la herencia de la dualidad moderna, ocupa un lugar irrelevante.

Recordemos que Husserl postula la intencionalidad de las cosas, tomando de Brentano la noción de que “toda conciencia es conciencia de algo”. Para Merleau-Ponty esto será un callejón sin salida, por lo que postula que “toda conciencia es conciencia perceptiva”, dando así una nueva configuración a la fenomenología, es decir si la nóesis sólo está constituida por actos del pensamiento ¿Dónde quedan los fenómenos del cuerpo? Entonces su propuesta nos colocará como conciencias encarnadas.

El punto de partida de la propuesta merleau-pontyana será el señalamiento de la perspectiva logocéntrica (Citado en Costa, 2006) según la óptica moderna, es decir, según la oposición sujeto/objeto

La crítica central de Merleau-Ponty a lo que él denomina “análisis reflexivo” consistirá en señalar la falsedad de la soberanía del sujeto erigido en su logocentrismo como fundamento último de su propia existencia, autosuficiente, y cuya condición de posibilidad para el conocimiento del mundo no sería más que sí mismo. Este señalamiento se inscribe en el proyecto de la fenomenología a través del cual se puso en tela de juicio la escisión cartesiana entre las dos sustancias y, consecuentemente, se abrió una crítica a la epistemología y al saber científico. (p.3).

Merleau-Ponty señala la centralidad del cuerpo en la relación de percepción desde el momento en que define al “polo subjetivo” como conciencia encarnada

La experiencia perceptiva se trata de una apertura y encuentro en un saber no-reflexivo “En suma, entre la intencionalidad de esta conciencia encarnada y un mundo que se presenta abierto e inacabado. Este lugar que el cuerpo ocupa en el conocimiento refiere a un saber que es previo al saber objetivo, es decir, al saber tal como lo presenta el análisis reflexivo y el saber científico, un saber pre-tético que está presupuesto por ellos y que se hará patente a través de una perspectiva diferente que supere cualitativamente al dualismo tradicional. Se trata de una perspectiva de ser-en-el-mundo que junto con un análisis existencial permitirá reconocer al cuerpo como fundante del conocimiento en esta instancia de apertura originaria. (Costa, 2006, pp 3-4).

A este respecto el mismo Merleau-Ponty señala

El “sentir” ha vuelto a ser para nosotros un problema. El empirismo lo había vaciado de todo misterio reduciéndolo a la posesión de una cualidad, y (solamente alejándose mucho de la acepción ordinaria logró hacerlo). Entre sentir y conocer, la experiencia ordinaria establece una diferencia que no es la de la cualidad y el concepto. Esta rica noción del sentir se encuentra también en el uso romántico y, por ejemplo, en Herder. Designa una experiencia en la que no se nos dan unas cualidades “muertas”, sino unas propiedades activas. (p.73).

La experiencia tiene infinitas posibilidades, tal como nos recuerda Merleau-Ponty (Citado en Dantas y Moreira, 2009, p. 248): “El mundo no es lo que yo pienso, sino aquello que yo vivo; estoy abierto al mundo, me comunico indubitablemente con él; pero no le poseo, él es inagotable”

Enfatizamos que Merleau-Ponty, recalcó el papel del cuerpo activo y comprometido en el conocimiento humano, pues éste es “conciencia encarnada”. Para este filósofo no es posible poner en suspenso o entre paréntesis la experiencia del hombre, pues ésta,

está implicada en su comprensión del mundo, en todo caso la suspensión se verá como un “asombro” ante el mundo. Tengamos presente esta idea cuando nos acerquemos a la importancia de atender a lo corporalmente sentido en la psicología fenomenológica.

En la fenomenología, para Merleau-Ponty (1945(1942) la esencia está en la existencia. Los cuerpos no tienen sólo existencia ideal, los cuerpos y el mundo tienen existencia real, no es un idealismo trascendental pues enfatiza la existencia en el ser- en- el mundo (Dantas y Moreira, 2009).

Es preciso señalar que la fenomenología filosófica planteada en este apartado, ha sido adaptada para ser empleada en la psicología fenomenológica, por lo que notaremos grandes cambios en su aplicación. No obstante, este breve recorrido, nos permite entender la importancia de preguntar a psicoterapeutas en ejercicio, su vivencia del propio proceso psicoterapéutico, ya que tendremos que pasar del discurso de las cosas (la psicoterapia como requisito) a la cosa misma, tal como se muestra en la conciencia encarnada (vivencia del propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce esta profesión, a nivel cognitivo, afectivo y corporalmente vivido), a través de la descripción comprensiva y detallada del fenómeno.

Comprender la vivencia que el psicoterapeuta – consultante, tiene del fenómeno en sus propios términos, nos permitirá conocer los hechos vividos, “poner entre paréntesis el requisito” antes de cualquier elaboración conceptual que pueda deformarlo.

II.- Psicología fenomenológica

En este apartado, nos interesa destacar el gran valor que el estudio de la conciencia ha desempeñado en el desarrollo de la psicología. Esto nos permitirá comprender la inevitable expansión de los planteamientos de la fenomenología filosófica al campo de esta disciplina.

Principiemos por reconocer, que una vez instaurada la dualidad mente- cuerpo en el pensamiento occidental y con la lucha de la psicología para cubrir las exigencias para ser reconocida como ciencia, toma el modelo de las ciencias de la naturaleza y excluye de su objeto de estudio, los aspectos subjetivos, vivenciales y existenciales, que la llevan a descuidar su principal objeto de estudio: el ser humano.

Con el triunfo de las ciencias naturales que lograron por lo menos en apariencia resultados que favorecieron a la sociedad, la Psicología decidió apartarse del árbol de la Filosofía y construir una científicidad fuera de toda duda. Pero en la delimitación por obtener un dominio exclusivo cometió un error fundamental que la ha condenado a estar siempre en crisis: tomar prestada de la filosofía la idea de alma (psyque) así como el dualismo que asoma con fuerza en la obra de Descartes. (Trilles, 2004).

Aquí, es importante señalar, que aunque nos ocuparemos exclusivamente de la psicología de la conciencia, a la que apunta la psicología fenomenológica, testificamos, la existencia del objeto inconsciente, refiriendo aquí a Zumalabe (2000) quien observa que la perspectiva psicoanalítica afirma que la conciencia no es lo “psíquico”, sino tan sólo el aspecto exterior de una realidad infinitamente más compleja e inaccesible para la conciencia misma. Esta realidad compleja es el “aparato psíquico”.

Después de esta acotación, continuamos con Zumalabe (2000) que señala

Tras una larga etapa inicial caracterizada por un conjunto de creencias, reflexiones y descripciones de naturaleza filosófica o espiritual que concluye con la aparición de la ciencia moderna, se plantea la distinción entre Filosofía y Ciencia. La psicología adopta el método científico y pasa a convertirse en una ciencia cuyo objeto de estudio es la mente y su principal manifestación la conciencia que debe ser estudiada mediante la introspección. Esto supuso un gran avance para la construcción de la psicología como ciencia, aunque todavía quedaba por realizar la tarea de superar los límites del objeto y campo de estudio; es decir de la conciencia y de sus contenidos mentales. (p.70).

Con la adopción del método científico causa- efecto la psicología sintió segura su científicidad, pero ¿A qué precio?

Es aquí, donde cobran sentido las aportaciones de la filosofía fenomenológica transmitidas al campo de la psicología, pues a partir de 1880, el pensamiento positivista empieza a ponerse en entre dicho y comienzan a plantearse cuestiones referidas a los aspectos que el pensamiento objetivo no puede explicar. Las aportaciones dirigidas a analizar los datos inmediatos de la conciencia son compartidas por pensadores como W. James en Estados Unidos y H. Bergson en Francia, entre otros. En la misma línea, pero más recientemente Pinillos (1999) refiere que nos guste o no, la psicología tiene que luchar con fenómenos cualitativamente distintos de los que maneja la ciencia natural, con hechos que no tienen cabida en su teoría ni en su método. (Zumalabe, 2000).

En la misma línea Trilles (2004) menciona que Husserl, herido por la crisis que atravesaba la humanidad de su tiempo, combatió esta postura con la intención de reorientar la psicología hacia su verdadero objeto de estudio y de devolver la dignidad al filósofo. Podríamos pensar que la historia de la psicología es la historia del éxito de

una disciplina que aspiraba a ser ciencia y que, finalmente, consiguió su objetivo. Sin embargo, esto no es cierto y, cabe afirmar con Husserl, que es una “historia de crisis”, un camino lleno de errores, un dominio de saber que se rindió ante la falsa deidad de la ciencia. El camino que va desde Wundt hasta nuestros días hace patente cómo la Psicología perdió su objeto de estudio más propio: el ser humano.

Si como advierten Campos, Bezanilla, Pérez, Cárdenas y Martínez (2012) adoptamos una actitud natural al estudiar los fenómenos naturales y psíquicos, corremos el riesgo de quedarnos sólo con el contenido de la representación como si fuésemos meros receptores de sensaciones, sin advertir que todo objeto es dado para una conciencia y sin ella no puede haber objeto.

Será entonces indispensable volver al objeto de estudio propio de la psicología: el ser humano. Asumir que la única manera en que se puede comprender algo, es verlo desde el punto de vista del sujeto que lo vive. La realidad no es independiente del sujeto que la ordena y le da significado. Es forzoso recuperar lo subjetivo, lo vivencial y existencial.

A este respecto, advertamos que desde el marco del análisis fenomenológico y para este trabajo, no es suficiente, con quedarnos únicamente con la explicación sobre los beneficios del propio proceso de psicoterapia cuando se ejerce esta profesión. Es preciso, que los sujetos psicoterapeutas- consultantes describan su vivencia del fenómeno, en un acto intencional de conciencia.

Por otro lado y para clarificar este apartado, conviene señalar que dentro de la filosofía fenomenológica encontraremos escritos sobre los esfuerzos de Husserl por ocuparse de la psicología. Empero, la “psicología fenomenológica” de Husserl como respuesta a

la relación íntima entre fenomenología como ciencia filosófica estricta y fenomenología como ciencia entre lo psíquico (Figuerola, 2008); forma parte aún, de la filosofía fenomenológica.

Queda claro, que la fenomenología filosófica inspirada por Husserl, se fue propagando hasta alcanzar éxito en diferentes campos de las ciencias humanas como la psicología, sociología y antropología filosófica, que la fueron adaptando y desarrollando para su aplicación en sus propias disciplinas, así lo advierte Zumalabe (2000)

En el ámbito de la psicología, “el enfoque fenomenológico se acerca a la experiencia humana tal como esta es, centrándose en las diferencias individuales y poniendo énfasis en la comprensión del individuo total, sin fragmentaciones en partes que no tienen relación y en la forma peculiar que el individuo tiene de percibir y experimentar su “self” y el mundo de entorno” (Zumalabe 1996, p 338). Son numerosos los autores, de diferentes orientaciones, que comparten una posición filosófica general respecto a la naturaleza del hombre próxima a la fenomenología y muchos los movimientos que atendiendo a la similitud de fuentes epistemológicas y filosóficas se asocian a la fenomenología (Gestalt, humanista, existencial, cognitivo, ecológico, etnometodológico, etológico, hermenéutica, estructuralismo,...) considerando implícita o explícitamente la idea de sujeto como conciencia. (p.81).

En este sentido es importante señalar que son varios los modelos en psicoterapia, que pertenecen a las llamadas perspectivas vivenciales, y que como argumentan Greenberg, Rice y Elliot (1996) comparten la creencia en la capacidad humana para la autorreflexión consiente, una teoría del funcionamiento humano que se centra en la unicidad de la experiencia interna y la construcción de significado de cada persona.

Aquí, nos referiremos con “psicología fenomenológica” a las aportaciones de la filosofía fenomenológica, en autores y movimientos que comparten la importancia de la

experiencia humana en la comprensión del individuo total (Humanista-existencial) en especial a la perspectiva humanista-experiencial, representada por autores como Rogers y Gendlin. Al respecto, precisamente, Campos et al. (2012) mencionan

Hay estudios que abordan los aportes que la fenomenología y el existencialismo realizaron en la psicología fenomenológica (Treviño, 2007) y, en especial, en la psicoterapia centrada en el cliente (Pezzano de Vengoechea, 2001; Duque, 2001). Los dos últimos autores piensan que las distintas fenomenologías pueden tomarse como un marco epistemológico común, sin notar que hay una diferencia importante entre los planteamientos de Husserl, Merleau-Ponty y, por supuesto, Heidegger. A partir de esto, afirman que Rogers es un psicólogo existencial dada su noción de persona como un ser cambiante y en crecimiento, así como su exhortación a que el proceso psicoterapéutico sea un encuentro humano. Nosotros creemos que, a pesar de cualquier enunciación y convicción rogeriana en cuanto a la posibilidad del cliente para desarrollar sus potencialidades, no lo hace un psicólogo existencialista, porque Rogers ve esa posibilidad a partir de la reestructuración fenomenológica que realiza el self. Esto es, la experiencia sólo tiene sentido si puede ser parte de la corriente de vivencias, y este proceso únicamente puede darse mediante la actividad intencional de la conciencia, palabras cuyo sentido fenomenológico encontramos en Husserl. En otras palabras, la actividad intencional que Husserl da a la conciencia encuentra eco, o podemos decir que se prolonga, en la actividad que el self realiza al configurar el marco vivencial desde donde el cliente otorga significado a lo que siente y experimenta. (pp. 13- 14).

En estrecha relación, Campos. et al. (2012) señalan que siguiendo las premisas husserlianas, la psicología fenomenológica se centra en el vivenciar del cliente más que en los objetos de experiencia, pues tales objetos no nos dicen nada, sino que adquieren significado en la medida en que el self las simboliza

Más que coincidencias, en la propuesta rogeriana encontramos una mirada psicológica que sólo pudo ser factible gracias a la fenomenología husserliana. El estudio de la conciencia como acto intencional permitió acceder al proceso subjetivo que constituye la realidad. No hay realidad si no hay conciencia que la viva; entonces, la respuesta no

está en los objetos de experiencia, sino en la conciencia que dota de significado. A fin de cuentas, el mundo humano no son los hechos, sino un mundo intersubjetivo.

Junto con la psicología fenomenológica, podemos decir que los problemas emocionales y psicológicos de nuestro tiempo son la expresión de una inadecuada o carente simbolización de la realidad tan cambiante en la que vivimos: es demasiada realidad para una conciencia. Una opción para desenredar esta madeja subjetiva es trabajar con la conciencia de quien los vive: crear nuevos significados con lo vivido. (p. 30).

Rogers y Gendlin, son autores en cuyas obras se vislumbra la huella de la fenomenología, el regreso a la persona como conciencia, a lo subjetivo, vivencial y existencial.

A este respecto, Barceló (2012) relata

La relación fluida entre la filosofía de Eugene Gendlin y la investigación de Carl Rogers nos puede proporcionar un punto de referencia novedoso y original desde el cual entender el comportamiento humano y los procesos de desarrollo personal. Rogers había identificado la capacidad de las personas de sentir los propios sentimientos de manera física y permitir que simbolizaran esta experiencia correctamente con la ayuda empática del terapeuta como clave del crecimiento. La falta de congruencia entre la experiencia sentida y la conciencia tenía como consecuencia una profunda desconexión interna y derivaba en serias dificultades en las relaciones interpersonales y en ocasiones en desajustes patológicos. Gendlin se propuso aprender más acerca de este proceso interno de la experiencia para poder apreciar condiciones que hicieran posible a las personas vivir de manera coherente y conectada con su interior. Descubrió que el significado no consistía en un pensamiento de la mente sino que era sentido en el cuerpo y se dio cuenta de que el cuerpo, más que ser el canal por el cual las emociones, los sentimientos y las sensaciones depositan los datos del mundo exterior para posteriormente ser procesados en el cerebro; contenía su propio conocimiento implícito y su significado sentido, por lo que no es un elemento pasivo sino que impulsa hacia delante de manera dinámica la evolución de la persona y su crecimiento. (pp. 83-84).

Caro (2007), explica que la aproximación del cambio en Psicoterapia Experiencial se entiende como vivencial, como lo que se vive con algún grado de conciencia desde diversos niveles de la realidad corporal-mental humana, en el aquí y ahora, pero en interacción con el medio y de un modo procesual, no estático.

En el ámbito de la psicoterapia Sassenfeld y Moncada (2006) observan que las terapias humanista-fenomenológica (Rogers-Merleau Ponty); psicoterapia experiencial (Rogers-Gendlin); psicoterapia corporal (Reich y post-reichianos) y el enfoque vivencial (Rogers-Perls) pueden ser agrupados con la leyenda "humanista-existencial" y que comparten los postulados de Carl Rogers, sobre el potencial de crecimiento personal y las condiciones necesarias y suficientes para el cambio psicoterapéutico, por lo que asumen que la relación entre cliente y terapeuta es el medio fundamental a través del cual se consigue la autorrealización. Señalan también que las psicoterapias mencionadas privilegian la experiencia inmediata tal como aparece en la consciencia del consultante y favorecen el uso del método fenomenológico que se basa en la descripción de la vivencia, dando importancia a la percepción que tiene la persona de sí misma y del mundo.

Según lo expuesto, podemos observar, que a pesar de las diferencias y las múltiples coincidencias entre las teorías Humanistas-experienciales. La psicología fenomenológica es un movimiento que invita a resolver todos los problemas psicológicos recurriendo a la experiencia intuitiva, que es aquella en la que las cosas se muestran de la manera más originaria o más evidente, y que se diferencia de otras posturas en que tiende a ser más "descriptiva" que "explicativa".

De este modo, la formulación y desarrollo de una psicología fenomenológica centrada en el presente viviente, le permitiría al sujeto descubrir que si bien está condicionado por el pasado, no necesariamente está determinado por él. Pues, el pasado es susceptible de ser reinterpretado y el futuro puede intencionarse de acuerdo con las metas personales. Con el descubrimiento de la subjetividad trascendental, ahora releída en la perspectiva psicológica, el individuo descubre al mismo tiempo, que él mismo es en último término sujeto de su propia existencia y que asumiéndose, la realidad no se le impone como algo ya dado y que unilateralmente lo determina. La vida de la subjetividad, dirá Husserl, está en permanente ser y querer llegar a ser: la subjetividad es ser en el sentido de voluntad. (Vargas, 2001).

Concluimos que la psicología fenomenológica, nos permite advertir, que si sólo nos quedamos con explicaciones o hipótesis sobre los beneficios del proceso psicoterapéutico personal, en una actitud natural o ingenua, las vivencias del psicoterapeuta- consultante quedarán fuera del horizonte de significado desde donde se estructura el sentido de su mundo fenoménico. Porque precisamente, la psicología fenomenológica pretende centrarse en el ser humano que vivió la experiencia del propio proceso personal, que a través de un acto intencional, recupera esas experiencias en vivencias, dándole significados nuevos.

La fenomenología, muestra su aportación como movimiento, tanto en sus aplicaciones teóricas y prácticas, como en la recuperación de la vivencia en primera persona, a través de la Psicología fenomenológica, que se nos presenta como una entrada, al mundo de nuestra propia consciencia, cegado muchas veces por patrones culturales mecanizados, que nos impiden ver el mundo nítidamente. (Trilles, 2004).

2.3. EL MÉTODO FENOMENOLÓGICO Y SU ADAPTACIÓN AL CAMPO DE LA PSICOLOGÍA FENOMENOLÓGICA.

“La fenomenología se niega a explicar el mundo, quiere solamente ser una descripción de lo vivido”

Albert Camus (1942)

Una vez abordada la fenomenología como perspectiva de conocimiento y comprensión de un “fenómeno” y la psicología fenomenológica; y con el fin de profundizar en la realidad vivida por los sujetos, en la forma más auténtica posible, es conveniente acudir a un método cualitativo que nos permita estudiar los resultados de lo vivido y sus significados. Por ello se ha recurrido al método fenomenológico, que se presenta como el más apropiado para el presente Trabajo de Obtención de Grado sobre la vivencia del propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce esta misma profesión, ya que no es posible analizar un fenómeno sin aceptar la implicación en el significado que le dan quienes lo viven.

Comentaremos algunos aspectos fundamentales del método fenomenológico atendiendo a la vivencia y al fenómeno como columnas que sostienen el método y que se implican mutuamente, entendiéndose que la razón de la investigación fenomenológica es la descripción de los fenómenos tal y como se viven en la conciencia de quien los experimenta, para así llegar a su comprensión.

Posteriormente señalaremos las modificaciones sugeridas para su aplicación en el campo de la psicología fenomenológica.

I.- El método fenomenológico

A pesar del reconocimiento de la fenomenología como perspectiva de conocimiento, para algunos la fenomenología significa propiamente sólo un método, cuya regla es dejar que las cosas mismas se hagan presentes en su esencial contenido, a través de una mirada intuitiva y reveladora, en íntimo y fiel contacto con la objetividad real. De ahí el lema de la escuela: ¡Vuelta a las cosas mismas! (Zurück zu den sachen selbst!), que debe entenderse como reacción de disgusto contra el proceder arbitrario de ciertos sistemas y escuelas, que se ocupaban en políticas de particulares puntos de vista y terminologías hechas, en vez de dejar hablar a las cosas mismas sin prejuicio alguno (Hischberger, 1986).

En el Atlas Universal de Filosofía (2004) encontramos que

La fenomenología, en efecto, no se propone como un nuevo sistema filosófico, sino como un método aplicable a los más dispares campos del conocimiento. Es un ejercicio que el sujeto hace sobre sí mismo con el fin de llevar las ideas lógicas, los conceptos y leyes, a la claridad y distinción desde el punto de vista gnoseológico. La práctica de la epojé fenomenológica permite volver a las cosas mismas, es decir, al fenómeno, entendido no como pura apariencia en contraposición a una hipotética cosa en sí, sino como el manifiesto originario de una realidad de la conciencia. La fenomenología nació en el seno del vasto movimiento filosófico que, en las primeras décadas del s. XX, opuso reacción al positivismo. El objetivo final del método, en efecto, es estudiar de manera objetiva todas las expresiones de la conciencia que el positivismo excluía a priori del ámbito de la investigación científica. (pp. 1010-1011).

Ray (2003) menciona que Husserl se interesó por la idea de la filosofía como ciencia rigurosa y afirmó que usando el método de poner entre paréntesis o retener transitoriamente las presuposiciones propias o las teorías y a través de la reflexión profunda, se podían buscar las raíces del conocimiento en los procesos subjetivos, es

decir en la cosa misma, ya que los procesos descansan en el fondo de la conciencia del sujeto conocedor, a quien estos fenómenos se le aparecen. (Husserl, 1970, 1973; Kohan, 1978; Spiegelberg, 1982).

Es preciso distinguir que el método fenomenológico a diferencia de otros métodos que buscan estudiar una realidad desde el exterior; radica en que éste, hace referencia al mundo interno del sujeto y quiere aceptar lo que se presenta a la conciencia, ¡pero muy importante!, precisamente así, como se presenta. Martínez (1996) lo ilustra de la siguiente manera

Las realidades cuya naturaleza y estructura pueden ser observadas, al menos parcialmente, desde afuera, podrán ser objeto de estudio de otros métodos. En cambio, las realidades cuya naturaleza y estructura peculiar sólo pueden ser captadas desde el marco de referencia interno del sujeto que las vive y experimenta, exigen ser estudiadas mediante el método fenomenológico. En este caso, no se está estudiando una realidad “objetiva externa” (como ordinariamente se califica), igual para todos, sino una realidad cuya esencia depende del modo en que es vivida y percibida por el sujeto, una realidad interna y personal. Única y propia de cada ser humano. Por tanto, no se le puede introducir por la fuerza en el esquema conceptual y métodos preestablecidos por el investigador, ya que, posiblemente, se destruiría su naturaleza y esencia peculiar. La fenomenología y su método nacieron y se desarrollaron para estudiar estas realidades como son en sí, por lo cual se permite que éstas se manifiesten por sí mismas sin constreñir su estructura desde afuera, sino respetándolas en su totalidad. (p. 167).

Por otro lado, el método fenomenológico resumido por Rivas (1997) se presenta en tres etapas (Citado en Lomelli, 2005)

1. Desconexión o liberación de la actitud natural, que nos induce a admitir ingenuamente que todo lo observado está allá afuera, independientemente de lo que es dado a la conciencia.

2. Desconexión de lo que es escorzo, material, instancia ocasional, perspectiva pasajera, elemento accidental, para luego ponerlo entre paréntesis (epoché o epojé), como no perteneciente a la esencia (reducción eidética).
3. Reducción trascendental como punto de llegada del camino de la epoché hacia la conciencia pura. Como resultado de la última epoché queda la vivencia de un sujeto dador de sentido (sujeto trascendental), que no se apela a nada, sino a sí mismo. (p.6).

II.-Adaptación del método fenomenológico a la psicología fenomenológica

Encontramos pues, la necesidad de un nuevo enfoque científico, que nos acerque a las experiencias subjetivas de las personas y poder aplicar su metodología a las ciencias humanas y sociales, en especial a la psicología y la psicoterapia.

Al respecto, precisamente Zumalabe (2000) menciona

En la actualidad la psicología fenomenológica, como siempre centrada en la persona, busca una nueva clase de empirismo en el que el sujeto, el observador y la metodología que les permita comunicarse se sitúen en un marco funcional. Este nuevo marco debe proporcionar una formulación más adecuada de los problemas experimentales, clínicos y sociales, evitando una trasposición de postulados naturalistas a un campo de investigación en el que el análisis de la conciencia, la subjetividad y la integración deben ser considerados como hechos constitutivos del mundo vital del hombre. (p. 86).

En estrecha relación, Martínez (2010) señala que el problema reside en el concepto restrictivo de ciencia adoptado, especialmente en las ciencias humanas, que limita la gran riqueza de la dotación más típicamente humana, como lo son los procesos que se asientan en el uso de la libertad y de la creatividad. Así lo suscribe

A lo largo del siglo XX, hemos vivido una transformación radical del concepto de conocimiento y del concepto de ciencia. Estamos llegando a la adopción de un nuevo concepto de la racionalidad científica, de un nuevo paradigma epistemológico. El modelo científico positivista —que imperó por más de tres siglos— comenzó a ser

cuestionado severamente a principios del siglo XX por los físicos y por los psicólogos de la Gestalt, luego, más tarde —en la segunda década— por los lingüistas, y finalmente —en los años 30, 40, 50 y, sobre todo, en los 60— por los biólogos y los filósofos de la ciencia. Todos, unos tras otros, fueron manifestando su insatisfacción con la racionalidad lineal, unidireccional, y viendo, poco a poco, la necesidad de reemplazar el modelo axiomático de pensar, razonar y demostrar, con su ideal puro lógico-formal o lógico-matemático, con una lógica que diera cabida a la auténtica y más empírica realidad del mundo en que vivimos y con el que interactuamos, de un mundo donde existen inconsistencias reales, incoherencias lógicas y hasta contradicciones conceptuales. (p. 175).

Brazier, 1993; Ginger & Ginger, 1987; Moreira, 2001 y Peñarrubia, 1998 (referido por Sassenfeld y Moncada, 2006) sugieren que en la tradición fenomenológica, la comprensión de un fenómeno es diferenciada de una explicación que dé cuenta de él; pues está dedicada a comprender la experiencia que el observador tiene del fenómeno en sus propios términos y asume que esto sólo se puede lograr mediante la descripción comprehensiva y detallada de ésta, rechazando el análisis causal explicativo o los juicios de valor como herramientas útiles.

Aquí conviene, precisar que hay diferentes versiones del método fenomenológico cuando se trata de un estudio científico en el campo de la psicología. De este modo, Cohen y Omery (2003), hacen referencia a la variedad de formas para guiar las investigaciones fenomenológicas

La filosofía fenomenológica se ha aplicado en una variedad de formas para guiar la investigación. Se han desarrollado varias escuelas con diferencias en el enfoque. Tres de estas tradiciones se han usado ampliamente en la investigación en las ciencias sociales. El propósito de estos estudios fenomenológicos es obtener el conocimiento fundamental de los fenómenos: la estructura eidética (cuando están guiados por Husserl o la escuela de Duquesne), o la interpretación de fenómenos para traer a la luz

significados ocultos (cuando son guiados por Heidegger o la hermenéutica suya), o alguna combinación de estos propósitos (cuando están bajo la guía de la escuela holandesa).

Una diferencia entre la fenomenología holandesa y la tradición de Duquesne es que estos últimos investigadores se centran en la descripción eidética mientras que aquellos combinan características de la fenomenología interpretativa y la descriptiva. Sin embargo, investigadores y escuelas de investigación han aplicado la filosofía y usado en método y maneras de presentar los informes, de modo que existe más variedad en el uso de estos métodos que la que esta descripción pudiese implicar.

Una tercera tradición ha sido llamada la “hermenéutica heideggeriana”. Diekelman, Allen y Tanner (1989) describieron un proceso de análisis de siete pasos. Este enfoque interpretativo se basa en la fenomenología heideggeriana (Heidegger, 1962) y su intención es revelar prácticas compartidas y significados comunes que suelen darse por sentado. (pp. 175-176).

Siguiendo a Cohen y Omery (2003) conviene aclarar que

Los enfoques desarrollados por investigadores de la escuela de Duquesne, entre los que se encuentran Giorgi, Colaizzi, Fischer y van Kaam, son muy citados por los investigadores de las ciencias sociales. Este rótulo de “escuela de Duquesne” se usa sin mucho rigor porque no todos los que originalmente trabajaban en la Universidad de Duquesne siguen viviendo en Pittsburgh. Adrián van Kaam fundó el programa doctoral del departamento de psicología de la Universidad de Duquesne en 1962. Él y otros miembros de departamento basaron su trabajo en la psicología existencial fenomenológica (Giorgi, Fischer y Von Eckartsberg, 1971).

(p.175).

Resaltemos que algunos miembros de la Universidad de Duquesne, basaron su trabajo en la psicología existencial, entre ellos Amedeo Giorgi, quien además adapta la fenomenología de Husserl y Merleau-Ponty al campo de las investigaciones en

psicología. En este sentido, será importante atender a las contribuciones de este autor que guiarán gran parte de la metodología del presente estudio.

En la misma línea, la estructuración de la metodología fenomenológica como advierte Martínez (1996) tiene también un marco de referencia teórico, que es el siguiente:

1. La epistemología se basa en la primera parte de esta obra, en la fenomenología de Husserl (1962), en la filosofía existencial de Heidegger (1972) y en la psicología fenomenológica de Merleau-Ponty (1975, 1976).
2. La concepción psicológica (implícita) del hombre se fundamenta en la doctrina de la Gestalt psychologie (descrita en (p. 171) M. Martínez, 1982) y en las teorías de la personalidad de G. Allport (1966), A. Maslow (1970) y C. Rogers (1972).
3. La secuencia de las etapas y pasos de la metodología fenomenológica se fundamenta, parcialmente, en los estudios de A. Van Kaam (1966), H. Spiegelberg (1976), A. Giorgi (1975) y D. Kuiken (1981).
(pp. 171-172).

Lomelli (2005) refiere que las insatisfacciones antes mencionadas, generaron una serie de reflexiones que llevaron a Giorgi (1997), Martínez (1996) y Moustakas (1994; c.p. Creswell, 1998) a buscar enfoques alternativos para la comprensión de los problemas psicológicos, adaptando el método fenomenológico con la introducción de algunas modificaciones para su aplicación en ciencias humanas y sociales

1. La reducción fenomenológica ya no se inicia directamente, sino que se recogen las descripciones de las experiencias de los otros desde la actitud natural de ellos. Son precisamente los escorzos que llevamos (detalles, sesgos, errores y prejuicios), los que interesan ser comprendido.
2. Asunción de la reducción por parte del investigador. Se exige asumir una actitud fenomenológica, es decir, desconectarse del conocimiento pasado acerca del fenómeno de manera que éste pueda ser presenciado tal como el individuo lo describe.

3. Búsqueda de esencias “científicas” (Giorgi, 1997: 244), en vez de esencias filosóficas (de las cuales se encarga la fenomenología trascendental). Así, las esencias científicas son contextualizadas y dependientes de la perspectiva única de cada disciplina de conocimiento. (p.7).

Continuando con la adaptación del método fenomenológico para ser aplicado a las ciencias humanas y sociales, Moreno (2014) cita a Giorgi

En los campos de la psicología, la psicoterapia y el desarrollo humano, una perspectiva fenomenológica en la construcción de nuevos conocimientos se interesa por comprender la experiencia vivida de cada persona; es decir sus modos particulares de experimentar su relación con las personas, situaciones u objetos con los que está en interacción. Al hacer esto, prescinde temporalmente, de si esos “objetos” tienen una existencia propia más allá de la conciencia de la persona. “Aún cuando ellos son experimentados como “reales”, esa característica se pone entre paréntesis y son analizados en su aspecto fenoménico” (Giorgi, 1997, p. 3).

(p.71)

Será útil señalar aquí, los ocho principales malentendidos entre los psicólogos que Giorgi (1984), (Citado en Martínez, 1996, p.170) trata de corregir para alcanzar una buena comprensión del enfoque fenomenológico

1. La fenomenología no es un retorno a la introspección, ya que trata con significados más que con hechos y describe el mundo, no supuestos "contenidos internos".
2. La fenomenología no es meramente subjetiva sino que más bien desea entender lo objetivo en términos de los actos subjetivos en los cuales aparece siempre lo objetivo y, por tanto, es relacional.
3. La fenomenología no es sólo vivencial, sino que trata de entender el mundo y sus objetos como son experimentados internamente por las personas.
4. La fenomenología no es un mero estudio de casos individuales, sino que empieza con ejemplos concretos como base para el descubrimiento de lo que es esencial y generalizable.
5. La fenomenología no es anticientífica, sino un modo de practicar una forma diferente de ciencia.

6. La fenomenología no es especulativa, sino descriptiva y reflexiva.
7. La fenomenología no se opone a los datos, aunque emplea la "variación imaginativa" de los datos descriptivos. Siempre comienza con la experiencia concreta.
8. La fenomenología no es antitradicional, aunque difiera en ciertos aspectos de la psicología tradicional. Desea y es capaz de dialogar con la psicología tradicional. (pp. 13-14).

Me parece fundamental retomar las palabras de Giorgi respecto a que la fenomenología “desea y es capaz de dialogar con la psicología tradicional”, pues para que el diálogo sea posible, se requiere un reconocimiento respetuoso de otras perspectivas y métodos, reconocer que mi perspectiva, o el método que utilizo tienen necesariamente fortalezas, así como limitantes.

Continuando con Martínez (1996), la metodología fenomenológica, no sólo nació de una mayor exigencia de rigor científico, sino que este rigor en la sistematicidad y crítica la acompaña siempre. Debido a ello, se siguen las siguientes etapas y pasos:

I.- Etapa previa: Clarificación de los supuestos.

II.-Etapa descriptiva.

1. Primer paso: Elección de la técnica o procedimiento apropiado.
2. Segundo paso: realización de la observación, entrevista, cuestionario o autorreportaje.
3. Tercer paso: elaboración de la descripción protocolar.

III.-Etapa estructural.

1. Primer paso: lectura general de la descripción de cada protocolo.
2. Segundo paso: delimitación de las unidades temáticas naturales.

3. Tercer paso: determinación del tema central que domina cada unidad temática.
4. Cuarto paso: expresión del tema central en lenguaje científico.
5. Quinto paso: integración de todos los temas en una estructura descriptiva.

La parte estructural del método según Giorgi (1985), contiene cuatro pasos esenciales; expresados más generalmente, del modo siguiente

- 1) Alguien lee la descripción entera para tener un sentido general de la declaración completa.
- 2) Una vez que el sentido de la totalidad ha sido captado, el investigador se regresa al comienzo y lee a través del texto una vez más con la aspiración específica de discriminar "unidades de significado" desde el interior de una perspectiva psicológica y enfocado en el fenómeno que está siendo investigado.
- 3) Una vez que "las unidades de significado" han sido delineadas, el investigador a través de estas unidades de significado, expresa de manera directa el contenido psicológico de la visión interna. Esto es especialmente auténtico en el sentido más revelador del fenómeno en estudio
- 4) Por último, el investigador sintetiza todas las unidades de significado transformadas en una declaración coherente sobre la experiencia del sujeto. Esto usualmente se refiere a la estructura de la experiencia y puede ser expresado con un número de niveles. (p. 10).

Concluyo este apartado, señalando que dado que este trabajo, pretende dar cuenta de los significados vividos por los psicoterapeutas sobre su propio proceso psicoterapéutico, se trata de una investigación fenomenológica en el campo de la psicoterapia, investigación que describe el mundo, atiende a lo objetivo de los datos

subjetivos, y que se presenta como una forma diferente de ciencia reflexiva y descriptiva.

Bajo este contexto, y dada la diversidad de posturas dentro de esta perspectiva, se clarifica que este Trabajo de Obtención de Grado, se orienta en su estructura general por las etapas y pasos enunciados por Martínez (1996). Ahora bien, considerando a la entrevista fenomenológica como el recurso más propicio en este terreno de investigación; la parte descriptiva: elección de la técnica, es guiada por Moreno (2014). Finalmente, la parte estructural, es conducida por Giorgi (1985), quien adapta la fenomenología de Husserl y Merleau- Ponty al campo de la psicología existencial. Resalto sin embargo, que esta última etapa cuenta con adaptaciones de Moreno (2015).

Así pues, el desarrollo de las etapas y pasos del método fenomenológico, lo relativo a la recolección de la información a través de entrevistas fenomenológicas, no estructuradas, profundas y grabadas para su posterior transcripción y análisis; así como las acciones que debe realizar el investigador de acuerdo a dichos momentos y a sus correspondientes adaptaciones para el estudio en psicología, en particular para el estudio de las vivencias en psicoterapia, se abordarán en el apartado metodología.

2.4. SOBRE LA VIVENCIA

“El mundo no es lo que yo pienso, sino aquello que yo vivo”

Merleau- Ponty (1945)

Como ya hemos señalado, desde finales del siglo XIX, se había buscado marcar las diferencias entre las ciencias naturales (objetivas) y las ciencias humanas o también llamadas ciencias del espíritu (subjetivas), con la finalidad de encontrar una metodología para estas últimas que admitiera sus particularidades. Para Dilthey las ciencias naturales explican los fenómenos en términos de causa y efecto; por el contrario, en las ciencias humanas el mecanismo fundamental para comprender los fenómenos no se basa en este principio, sino en el empleo de la comprensión y penetración humana, supone la interacción de la experiencia personal y el entendimiento reflexivo y libre de presupuestos de la vivencia.

Sumándonos a la contribución de dar voz a las ciencias humanas, este trabajo hace énfasis en la descripción completa y detallada de la vivencia directa del fenómeno, tal y como es percibida de manera cognitiva, afectiva y corporal en el aquí y ahora.

Un punto central será entender el término vivencia que se origina en la filosofía, en particular en la fenomenología y de uso común en las psicoterapias humanista-existencial y experiencial.

Dada la importancia del término se revisará la historia de su uso en el lenguaje, hasta su aparición en los textos en castellano por José Ortega y Gasset y Manuel García

Morente. Se indagarán las aportaciones sobre vivencia en diccionarios generales, diccionarios de filosofía y en textos especializados.

En la introducción de este trabajo, hablamos sobre el requisito del propio proceso psicoterapéutico como uno de los ejes de formación, e insistimos en que dicho requisito está fundamentado en una hipótesis sobre sus beneficios, es decir es algo que la tradición en psicoterapia ha “supuesto o inferido”, de aquí la importancia del estudio de la vivencia sobre dicho requisito, ya que sólo se puede tener noticia genuina del fenómeno, si éste es descrito por la persona que lo vive, más que por haberse oído, inferido o supuesto.

Visión panorámica del término vivencia en diccionarios generales, de filosofía y en diferentes autores

Para Lomelli (2005)

Tanto para la ciencia natural como para la fenomenología, el conocimiento se produce a partir de la experiencia, pero mientras que la ciencia natural concibe una experiencia mensurable y susceptible a descripción objetiva; la fenomenología la concibe como ambigua, variable y casi siempre indescriptible por medio del lenguaje. La experiencia es vivida, sentida, inmediata y, sobre todo, única, por lo que sólo puede ser accesible a la conciencia de la persona que la vive (Rusque, 2003). Es aquí donde entra en juego la noción de vivencia. Este término en español es la traducción más aproximada del vocablo alemán Erlebnis, el cual, según el seguimiento etimológico realizado por Gadamer (1977), fue utilizado primeramente por Hegel en el siglo XIX para referirse a lo vivido (das Erlebte). Es una forma transitiva del verbo Erleben (vivir) que expresa “lo que uno ha vivido” y lo diferencia de aquello que sólo se ha oído, inferido, supuesto o imaginado. (p.6).

El término vivencia citado por Poveda (1991) de tan aceptado y difundido uso en el lenguaje psicológico, filosófico y literario de los últimos tiempos, debe su éxito, más allá de su eufonía, a la influencia de ciertas ideas filosóficas iniciadas en Alemania en la segunda mitad del siglo XIX como reacción frente al racionalismo de la Ilustración, alcanza su máximo desarrollo hacia 1930 (v. vitalismo). Esas ideas comprenden una serie de corrientes y escuelas teóricamente afines y cuyo despliegue histórico viene señalado por los estudios e investigaciones de Husserl, Dilthey, Simmel, Max Scheler, Karl Jaspers, Heidegger y Spranger (principalmente sobre su relación con pensadores españoles, Manuel García Morente y José Ortega y Gasset).

Para iniciar con la revisión del término haremos referencia a algunas definiciones en diccionarios generales.

Según el Diccionario enciclopédico Larousse (2009) la vivencia es un hecho consciente, presente y por tanto diferente de lo sólo representado.

Vivencia.f. Experiencia que contribuye a formar la personalidad del sujeto. FILOS. y PSICOL. Lo que se vive o experimenta en la conciencia o en el ser físico como hecho actual y distingue, por lo tanto, lo vivido de lo representado.

En el Diccionario enciclopédico Quillet (1985), se resalta la dificultad de diferenciar las esferas de lo psíquico y lo físico, es decir la vivencia será un flujo dónde intervine lo sentido tanto a nivel físico como psíquico.

Vivencia (cfr. Vivir) f. Filos. Psic. Lo experimentado o vivido, en oposición a lo aprehendido como algo exterior a la conciencia. Según Husserl, cuya fenomenología se ocupa de la esencia de la vivencia, ésta abarca todo flujo de lo vivido, en el cual se encuentra todavía indiferenciadas las esferas de lo psíquico y lo físico. V. Existencialismo, Husserl. (p.277).

El neologismo vivencia, indica un vivir algo, a diferencia de la posesión de algo externo a la conciencia, tal como refiere el Gran Diccionario Enciclopédico Visual. (1998)

V. f. Psic. Díc, del hecho de experimentar de vivir algo, a diferencia de la aprehensión, que es el hecho de tomar posesión de algo fuera de la conciencia. El neologismo, introducido en castellano por Ortega y Gasset, se emplea también muy a menudo, en textos de filosofía y estética. (p.3632).

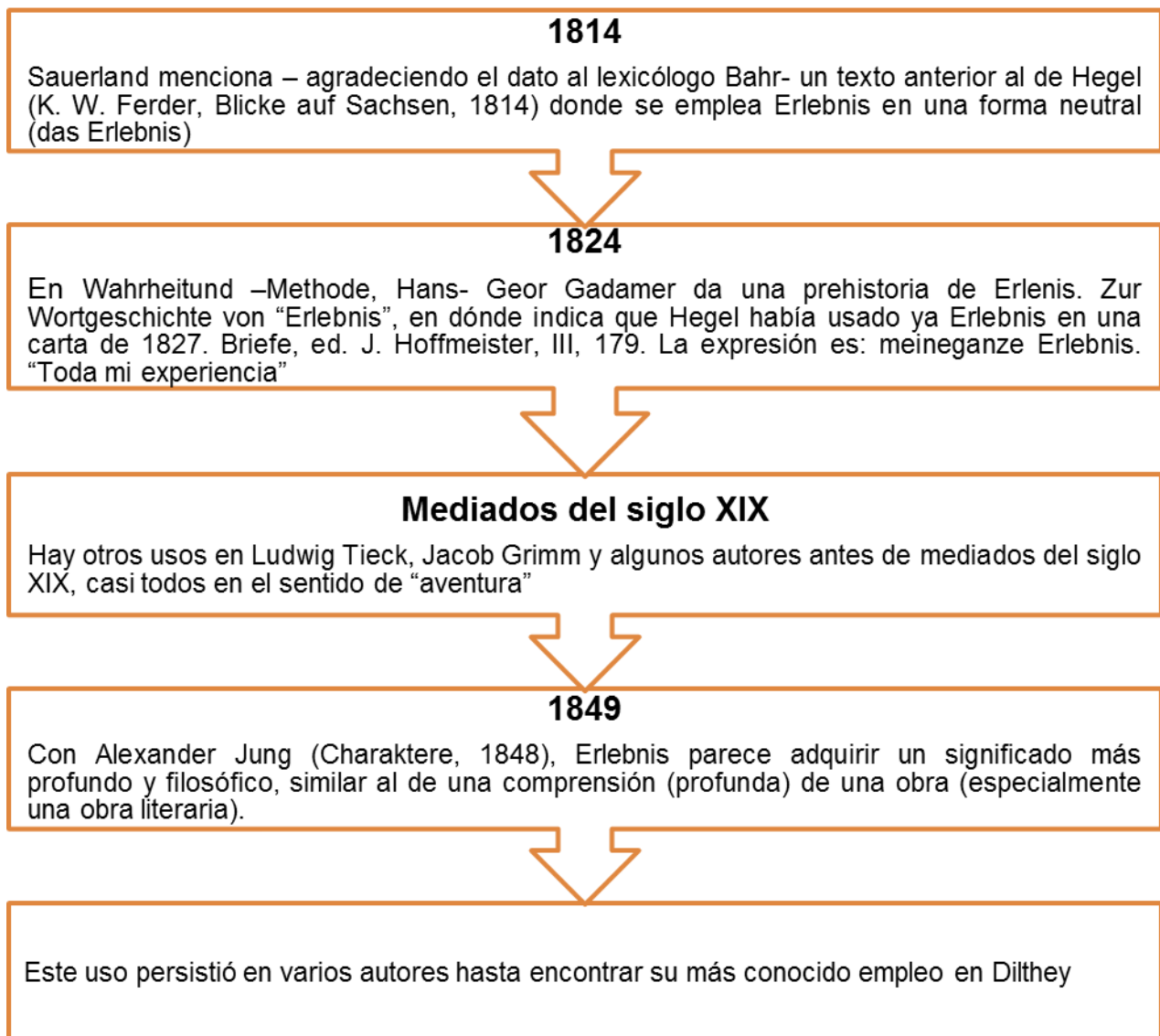
Dado que el origen del término vivencia lo encontramos en la filosofía fenomenológica a la que Husserl señala, como aquella que se ocupa de la esencia de la vivencia, nos acercaremos ahora a los diccionarios de filosofía para dilucidar sobre tan importante concepto.

El término vivencia fue propuesto por el filósofo José Ortega y Gasset en 1913, como traducción del vocablo alemán Erlebnis. Se presenta como una relación inmediata en que el sujeto entra con cierta objetividad. Ferreter (1986) en Diccionario de filosofía. Alianza Editorial:

“... en francés como “vivir la vida”, “vivir las cosas”, adquiere el verbo vivir un curioso sentido – escribe Ortega-. Sin dejar su valor de deponente toma una forma transitiva, significando aquél género de relación inmediata en que entra o puede entrar el sujeto con ciertas objetividades. Pues bien ¿cómo llamar a cada actualización de esta relación? Yo no encuentro otra palabra que “vivencia”. Todo aquello que llega con tal inmediatez a mi yo que entra a formar parte de él, es una vivencia”. (p.3443).

El filósofo Manuel García Morente (1980) señala que la palabra vivencia ha sido introducida en el vocabulario español por los escritores de la Revista de Occidente, como traducción de la palabra alemana “Erlebnis”. Vivencia significa lo que tenemos realmente en nuestro ser psíquico; lo que real y verdaderamente estamos sintiendo, teniendo.

Así mismo Ferreter (1986, p. 3447) en el Diccionario de filosofía. Alianza Editorial, refiere que la historia del uso de Erlebnis suele empezar con Dilthey, pero hay, según Carol Sauerland, una “prehistoria” de este uso. Sobre esa prehistoria y para mayor claridad en el presente Trabajo de Obtención de Grado, se presentará como línea del tiempo.



Vivencia apunta entonces a una comprensión profunda del fenómeno, de esta manera encontramos que la vivencia es una experiencia vivida, constituida tanto por objetos

sensibles como por inteligibles, es decir la vivencia integra tanto lo cognitivo, afectivo y lo corporalmente sentido.

Cuando mediante análisis, uno hace consciente la vivencia se la puede desprender de la experiencia, o dicho de otro modo, como encontramos en el diccionario de filosofía Alianza Editorial en Ferreter (1986) la vivencia posee al mismo tiempo el objeto de la vivencia, de modo que “vivencia de” y “objeto de vivencia” se hallan fundidos. Esto no quiere decir, sin embargo, que la vivencia no permita la comprensión; por el contrario, se supone que la comprensión, a diferencia de la explicación o de la indiferencia, es asunto de vivencias o arraiga en vivencias.

Al ser analizada la vivencia por el sujeto que la vive, se puede llegar a la comprensión del objeto de conocimiento que es la propia vivencia.

Revisemos a Ferreter (1998) en Diccionario de filosofía abreviado:

Vivencia. Se llama en psicología actual al hecho de experimentar, de vivir algo, a diferencia de la aprehensión, del tomar posesión de algo que está fuera de la conciencia. En la vivencia no hay aprehensión propiamente dicha, porque lo aprehendido y lo vivido son una y la misma cosa, y por eso las vivencias son consideradas habitualmente como experiencias afectivas. Sólo mediante el análisis puede una vivencia ser desprendida de lo experimentado en ella, en tanto que la aprehensión se presenta desde el primer momento de la conciencia hacia algo heterogéneo, tanto si ello está constituido por objeto sensible como por uno inteligente. (p.375).

En el mismo sentido, citamos a Dilthey quien fue el primero que investigó con amplitud la naturaleza y formas de las vivencias (Citado en Ferreter, 1998). La vivencia es algo revelado en el complejo anímico dado a la experiencia interna; es un modo en que la

realidad existe para un cierto sujeto. La vivencia no es, algo dado; somos nosotros quienes penetramos en el interior de ella, quienes la poseemos de manera inmediata que hasta podemos decir que ella y nosotros somos la misma cosa.

Para Husserl, la vivencia será todo lo presente en el flujo de lo vivido, más allá de las vivencias intencionales. Ferreter (1986) en Diccionario de filosofía. Alianza Editorial:

Por vivencia en el más amplio sentido del vocablo, dice Husserl, entendemos “todo lo que encontramos en el flujo de lo vivido y por lo tanto, no solo las vivencias intencionales, las cogitaciones actuales y potenciales, tomadas en su entera concreción, sino también las que se presentan como momentos reales en el flujo y sus partes concretas.(p.3448).

Para Poveda (1991) el concepto vivencia supone, una actitud intelectual. Semánticamente contiene dos predicados esenciales: algo se sabe porque lo ha experimentado el sujeto personalmente, a diferencia de la simple noticia objeto de un relato; y además aquello que se ha sabido de manera experiencial deja una huella más o menos indeleble y activa, a pesar de la sucesión de los acontecimientos. De igual manera vivenciar es tanto como convertir el hecho en sí, en dato histórico y personal, como ha subrayado López Ibor. En Dilthey existía el propósito de conceder a las ciencias históricas su estatuto propio, diferenciándolas de las de la Naturaleza, pero no situándolas en un rango inferior.

La finalidad del estudio de la vivencia, no es que el sujeto, tenga una representación del fenómeno. Tampoco busca la explicación o la aprehensión fuera de la conciencia, sino una relación inmediata con el fenómeno a estudiar, busca la objetividad en la descripción y comprensión del hecho en sí, tal como es vivido, tal y como lo estamos sintiendo.

Dilthey (Citado en Gibellini, 1998), distingue entre ciencias de la naturaleza, cuyo objetivo es explicar y ciencias del espíritu, cuyo objetivo es comprender. La hermenéutica es la teoría general del comprender y, como tal, se convierte en órgano general de las ciencias del espíritu. Nosotros explicamos la naturaleza, pero comprendemos la vida espiritual. Las ciencias de la naturaleza explican un fenómeno cuando lo insertan en una conexión de causa y efecto; las ciencias del espíritu comprenden un hecho espiritual cuando descifran su sentido insertándolo en una conexión significativa. La vida espiritual, del mismo modo que puede ser objetivada en documentos escritos, puede ser también revivida en el proceso de comprensión interpretativa, y precisamente por eso puede ser comprendida e interpretada. El comprender, es la vida que se explica a sí misma. El encuentro con un texto que hay que descifrar y comprender es el encuentro del espíritu consigo mismo.

La teoría del conocimiento, ha mostrado la íntima relación entre vivencia y comprensión. Ambas son pilares básicos sobre los que se construye el edificio de las ciencias del espíritu: por un lado, la vivencia de cómo me encuentro, posibilidades y límites de esta percepción y por otro, la comprensión (basada en la vivencia), esto es, la percepción de la vida objetiva González (2003)

- En cuanto al estudio del espíritu: la única realidad plena y completa que poseemos se da en la experiencia interna y en la correspondencia comprensión de otras personas (Dilthey, 1881:33)

...

- Los conceptos básicos son los de vivencia y comprensión (basada en la vivencia), esto es, la percepción de la vida objetiva.

- “La comprensión es aquel tipo de esclarecimiento que marcha de una manifestación sensible de la vida a la interioridad que la provoca” (López-Moreno, 1990:98). La comprensión es un volver a encontrarse el yo en el tú, por tanto la comprensión del tú debe ser referente, en último extremo, a la comprensión de sí mismo. (p. 94-95).

Dilthey señala que el objeto del estudio de la vivencia será captar la realidad en la conciencia, integralmente y sin abstracciones. No sería explicativa, sino descriptiva y estructuradora. Sánchez (2007)

Para Dilthey la *erlebnis* es antes que nada una percepción inmediata. En ella no se da dualidad de sujeto y objeto, ya que se finca en la conciencia de un estado o proceso psíquico. Consiste en un volverse transparente así mismo anterior a la distinción de sujeto y objeto. Es un sentir impregnado de valoración y que confiere significado al mundo. La duda es imposible, pues la *erlebnis* reposa en un estado de conciencia de ella, como existe en nuestra percepción interior. La vivencia es una realidad inmanente. Mi conciencia y aquello de que soy consciente no puede separarse. Ante el análisis se revela la vivencia como estructura inmanente y teológica indescomponible, en la que se funden percepciones y representaciones, sentimientos y valores. La *erlebnis* entraña un verdadero estado de conciencia. (p.185).

Vivenciar es entonces, una manera de sentir y sentirse en el mundo, un darse cuenta para comprender las profundidades subjetivas, que a través de la suspensión de juicios adquieren una peculiar significación personal.

Siguiendo con el término, para Lersch (Citado en Poveda 1991) vivenciar es, la función cardinal del psiquismo. Toda vivencia constituye un circuito funcional cuyos elementos integran en forma global y unitaria los diversos modos o cualidades del ser psíquico. Los elementos integrantes del vivenciar serían según este autor

1. Se produce cuando la comunicación del ser vivo con el mundo circundante se acompaña de un percatarse. Este reparar en algo no ha de comprenderse en el restringido sentido racionalista del conocimiento de objetos. Se trata de un descubrimiento de sectores del ambiente bajo la forma de determinados completos de significación, desde la captación rudimentaria hasta lo plenamente cognoscitivo.
2. Viene dado por la selección, en el plano de la consciencia, de todo aquello que para convertirse en contenido real de la misma pertenece al mundo propio del sujeto; es decir, de lo que le atañe vitalmente. De este modo se establece el esquema básico bipolar dentro del cual transcurre la vida psíquica: por un lado, el horizonte objetivo del ambiente; por otro, la constitutiva tendencia de toda subjetividad que se actúa como impulso vital básico, para asumir esa realidad circundante.
3. Representa la valoración o estimación significativa de lo percibido. Tal capacidad en el hombre es la condición más expresiva del vivenciar ligada directamente a la cualidad del ser psíquico humano conocida en Psicología con el nombre de afectividad (v.). Vivenciar supone siempre un sentirse afectado. Y con el hecho de sentirse afectado relaciona Lersch el término final del proceso, a saber: la conducta activa en el mundo descubierto en la percepción. (pp.2-3).

Entonces para Lersch vivenciar contemplará un percatarse del fenómeno a nivel cognitivo, es decir percibirlo; hacerse consciente de ello, sentirlo por tanto propio, y finalmente la estimación significativa de lo percibido lo que conocemos como afectividad que produce una conducta activa. Esto es, la experiencia vivida de manera íntima, personal y subjetiva o dicho de otro modo, al percibir, sentir y actuar, estos elementos se convierten en algo concreto, dónde el futuro, al igual que el pasado, se contienen en el aquí y ahora de la vivencia.

La importancia del vivenciar como fenómeno psíquico descansa en un doble significado: a) la frontera insalvable, el novum, entre lo meramente biológico, la vida como relación mutua y dinámica del ser vivo (vegetal o animal) como su hábitat o

perimundo específico y b) lo espiritual psíquico propio del hombre. La vivencia revela que la vida humana no puede interpretarse como un simple proceso de adaptación: el tender, percibir, sentir y actuar personales suponen la realidad de un mundo que trasciende todo horizonte sensible. (Poveda 1991).

Ya exploradas diversas fuentes, daremos paso a localizar los puntos centrales que caracterizan a la vivencia y en los que coinciden los autores:

- Es un hecho consciente.
- Es un hecho actual.
- Es inmediata y única.
- Confiere significado.
- Solo puede ser accesible a la conciencia de quien la vive.
- Busca captar la realidad en la conciencia integralmente y sin abstracciones.
- Busca la comprensión y la expresión humana.
- Busca convertir el hecho en histórico y personal.
- Ilumina la profundidad que ningún análisis puede aclarar.
- Es diferente a representado, explicado, pensado o imaginado.
- Constituida por objetos sensibles e inteligibles.
- No es algo dado, somos nosotros quienes penetramos en el interior de ella.

- Deja huella indeleble a pesar del paso del tiempo.
- No es explicativa, sino descriptiva y estructurante.
- Implica percepciones, representaciones, sentimientos, emociones, valores y acciones.
- El presente y el pasado se contienen en el aquí y ahora.

Luego de esta detallada revisión, sintetizaré entonces la vivencia como un hecho consiente, actual, inmediato, único e histórico. Es todo lo que encontramos en el flujo de lo vivido, es decir, que se sabe de él porque se ha experimentado, por lo que busca la comprensión y expresión de la subjetividad humana a través de la descripción a diferencia de lo representado, explicado, pensado o imaginado fuera de la conciencia. Deja una huella indeleble a pesar del paso del tiempo, por lo que el pasado y el presente se contienen en el aquí y ahora. Está integrada por objetos tanto sensibles como inteligibles, es decir por percepciones, representaciones, sentimientos, emociones, valores y acciones que le confieren significado al sujeto. Es todo aquello que llega con tal inmediatez al yo que forma parte de él. Nosotros somos quienes penetramos en el interior de ella a través del análisis intencional,

Si retomamos el preámbulo de este trabajo, capítulo 84 de Rayuela y para hacer honor al diálogo interdisciplinario, sería semejante a lo que Cortázar (1963) llama paravisiones

... una aptitud instantánea para salirme, para de pronto desde fuera aprehenderme, o de dentro pero en otro plano, como si yo fuera alguien que me está mirando (mejor todavía —porque en realidad, no me veo— :como alguien que me está viviendo).

“Salirme para aprehenderme desde fuera o desde dentro, pero en otro plano, como alguien que me está mirando”, ¿no es un ejercicio de epojé, al poner el mundo en suspensión? “Como si fuera yo alguien que me está mirando” ¿no es mi propio yo consciente que vuelve sobre la cosa misma, para verme o mejor dicho para vivirme, como sujeto que se posiciona sobre el fenómeno con objetividad y le confiere sentido? Este hermoso capítulo de Rayuela me parece una buena forma de dialogar con otras disciplinas sobre la vivencia.

Sabemos que Husserl fue acusado de que su filosofía dejaba al sujeto encerrado en sí mismo, sin embargo lo que buscaba era mostrar y comprender las operaciones de la conciencia que nos permiten construir un concepto. La intersubjetividad que nos permite hablar del otro a través de un proceso complementario de análisis y síntesis que permite llegar a la autoconciencia del propio conocimiento. En el mismo sentido y para seguir dialogando con otra disciplina que me compete que es la Psicología Educativa, me viene a la mente el término metacognición, que aunque no tiene relación con la crítica a Husserl, me hizo pensar sobre lo señalado y plantear que en el campo de la filosofía sería quizá una “metaconciencia”, algo así como conciencia de las operaciones de la conciencia; ya que la fenomenología buscaba superar la dicotomía sujeto- objeto.

Por su parte encontramos el caso de algunas de las propuestas que lograron la posible superación teórica de la escisión moderna entre sujeto y objeto, en términos de lo vivencial, llevado a un grado elevado de conciencia a través del análisis de lo vivido. De ahí la importancia de profundizar en el término vivencia. Paulín, Horta y Siade (2009) señalan

La hermenéutica de Wilhelm Dilthey (quien, desde su perspectiva, buscó integrar sujeto/objeto en un sentido de correspondencia, planteando con ello la necesidad de la construcción de las ciencias del espíritu como aquellas que logran alcanzar la comprensión del objeto espiritual, vivencial, mediante el conocimiento intuitivo general) y del estructuralismo de Michel Foucault (en donde se establece la prioridad del análisis de lo vivido como sentido teórico articulador que posibilita trascender el ámbito vivencial)...

En términos generales, estos autores nos permiten desarrollar el problema acerca del sujeto/objeto en un sentido de 'autoconciencia', a saber, donde la conciencia de la síntesis sujeto/objeto, en términos de lo vivencial, es llevada a un grado más alto de conciencia a través del análisis de lo vivido, como parte de un proceso complementario continuo de análisis y síntesis en donde el individuo llega a la autoconciencia de su propio conocimiento. (p. 16).

El término vivencia desde la visión de Gendlin y Moreno

Para ir finalizando el apartado sobre la vivencia, nos interesa en este TOG abordar el término desde la visión de Gendlin y Moreno, ya que consideramos que en ellos se sintetiza la importancia de la persona como conciencia-encarnada.

Precisamente, para Moreno (2009, p. 35) la vivencia posee, una parte sensible y una inteligible “...se requiere el experimentar en el cuerpo, por un lado, y la simbolización precisa por otro (sea que esta simbolización esté dada por una palabra, una situación, la respuesta de otra persona, un prestar atención, un movimiento, etc.”

Entendemos que la vivencia ciertamente parte de algo pre-conceptual, pre-lógico. Así lo confirma Gendlin, 1970 (Citado en Zermeño, 2011)

Hoy, sin embargo, no podemos ya construir “la vivencia” de manera reducida. Además de los esquemas lógicos, y en el sentido de la percepción, tenemos que reconocer que

hay también una poderosa dimensión sentida de la experiencia, que es pre-lógica, y que funciona de manera importante en lo que pensamos, en lo que percibimos y en cómo nos comportamos. (p.58).

Para Gendlin, 1968 (citado por Gachuzo, 2011) el cuerpo es más que un conducto por el cual la emoción, el sentimiento, y la sensación física, conducen los datos del mundo exterior a la mente para procesarlos. A esto llama “sensación sentida” o felt- sense, conocimiento sentido en el cuerpo, que no es algo solamente sentido, sino también algo intelectual. Experimentar implica un proceso de simbolización observable a partir de lo que sólo el individuo mismo pueda ir construyendo mediante sus experiencias.

En Alemany (2006) encontramos, sin embargo que el experiencing se compone como ya señalamos de una parte corpórea, pero que para que esta vivencia confiera significado, requiere además un componente cognitivo que sirve como símbolo

Gendlin señala que este experimentar tiene una serie de características: es la capacidad de tener experiencias y al mismo tiempo lo que posibilita el despliegue de las experiencias en nuevos y cambiantes significados; es corpóreo, nos podemos referir a él de una manera directa; es preverbal y es fuente inagotable de significados. (p.505).

En el mismo texto Alemany cita a Gendlin (1962) quien afirma

“Hasta ahora se asumió que el significado reside en el experiencing sentido y que la lógica no hace más que distorsionarlo o que éste reside en la lógica y el sentimiento, por tanto, no es más que un caos que hay que evitar. Esto no es cierto. El significado se forma de la interacción entre el experiencing y algo que funciona como símbolo”. (p.505).

Al respecto Moreno (2009, p. 17-18) señala

El *cuerporganismo* del Enfoque Corporal incluye sensaciones, sentimientos, pensamientos, valores, así como una buena cantidad de información en relación con el medio ambiente y las situaciones en las que vamos viviendo. Por eso podemos referirnos a él como una guía confiable; mucho más confiable que nuestra razón sola.

En estos autores encontramos, que en el estudio de la vivencia es posible la ruptura con la dicotomía mente- cuerpo, al considerar la entidad *cuerporganismo* como un objeto que incluye sensaciones, sentimientos, pensamientos y valores. Claramente descubrimos que la vivencia está constituida por objetos sensibles e inteligibles

El término vivencia en este Trabajo de Obtención de Grado

Según lo expuesto, conviene reiterar, que no nos interesa preguntar a los psicoterapeutas como consultantes ¿Qué es para ellos el proceso de psicoterapia?, como tampoco la descripción de la representación mental que tienen del fenómeno (pensamiento del pensamiento). Nos interesa la descripción vivencial que tienen del objeto, a nivel cognitivo, afectivo y corporalmente sentido, y cómo lo viven en su práctica profesional. En otras palabras, nos importa la sensación global con significado - sentido del proceso personal de psicoterapia cuando se ejerce la profesión de psicoterapeuta.

Se trata entonces de un sujeto que vivió la experiencia a estudiar y que a partir de un acto intencional dirige su atención hacia el fenómeno (vivencia del proceso personal de psicoterapia, experimentado en su ejercicio) dándose cuenta de su vivenciar. De manera que la experiencia sigue siendo la misma, pero ahora forma parte de una

nueva vivencia y adquiere otro significado- sentido. El fenómeno aparecerá con diversos modos en la conciencia porque es vivido temporalmente en ella, no como lo recordado, lo esperado o lo representado permanente, sino como vivido en la conciencia. Así, el fenómeno será recordado como vivencia real presente, en el campo fenomenológico a la luz de la conciencia.

Esa nueva vivencia se nos presenta como original o pura, ya que no hay nada más original que la vivencia misma. Es una sensación sentida de algo con significado (proceso personal de psicoterapia experimentado en la práctica profesional) que se describe porque se le ha vivido.

En este Trabajo de Obtención de Grado acotaremos el término vivencia, en los términos de Moreno (2007) como: ***“Un conjunto de sensaciones, sentimientos, pensamientos, valores, acciones / reacciones/ interacciones y significados personales que una persona siente / experimenta en relación con una situación / persona concreta, en un momento y contexto determinado”*** (Citado en Casillas, 2013)

Por tanto, en esta investigación, creemos importante que además de contar con las valiosas aportaciones de los formadores, respecto a la necesidad de estar en un proceso psicoterapéutico personal, sea imperioso conocer la vivencia de los psicoterapeutas en ejercicio, sobre su sentir y sentirse en cuanto a esta petición, conocer la significación personal, que como usuarios del servicio de la psicoterapia aporta en sus prácticas como psicoterapeutas.

Se busca dar noticia de la vivencia como algo real, ya que las ideas o supuestos, se quedan solo en especulaciones alejadas e ingenuas del fenómeno. Quien sabe del

fenómeno, no es quien tiene una idea de él porque lo ha oído, pensado o imaginado, quien sabe de él es quien lo ha vivido.

Finalizamos este apartado citando a Lomelli (2005) quien argumenta que en la fenomenología se hace una distinción entre la experiencia inmediata y lo que se intuye de la misma (esencia). Lo real son las vivencias, no las ideas (Kogan, 1967). Las esencias son las formas lógicas ideales que son intuitas por medio de un examen reflexivo del intelecto: el análisis fenomenológico (observación y descripción de los fenómenos que se presentan inmediatamente en el acto de conocer, sin teorías preconcebidas, sin ningún tipo de supuesto metafísico).

2.5. EL SER HUMANO QUE ES EL PSICOTERAPEUTA

“Hombre soy, nada humano me es ajeno”

Publio Terencio (165 a. C)

Krasner (1963) observa, con ironía, que la literatura de investigación describiría al terapeuta ideal (Citado en Phares y Trull, 1999, p.307) como

Maduro, bien adaptado, compasivo, tolerante, paciente, amable, discreto, que no elabore juicios de valor, aceptante, no crítico, cálido, agradable, interesado en los seres humanos, respetuoso, que estime y trabaje por una relación interpersonal democrática con todas las personas, libre de prejuicios raciales y religiosos, que tenga una meta valiosa en la vida, amistoso, alentador, optimista, fuerte, inteligente, sabio, curioso, creativo, artístico, orientado hacia la ciencia, competente, confiable, lleno de recursos, sensible en términos emocionales, consciente acerca de sí mismo, perspicaz acerca de sus propios problemas, espontáneo, con sentido del humor, que se sienta seguro de su persona, maduro acerca del sexo, que crezca y madure de las experiencias vitales, que tenga una alta tolerancia a la frustración, confiado en sí mismo, relajado, objetivo, auto-analítico, consciente de sus prejuicios, humilde, consistente, abierto, honesto, franco, con gran preparación técnica, dedicado en un sentido profesional y encantador.

Las características antes descritas, dan la idea de un personaje de ficción con poderes sobrehumanos (súper héroe), más que de un ser humano real, y acaso un psicoterapeuta responsable, habrá de dar y darse cuenta, de su frágil, vulnerable, limitada y compleja humanidad, fuertemente entramada por su historia personal y su contexto socio-cultural; que de no ser guiada por la formación continua, el análisis de la realidad en que vive, la autorreflexión y por el cuidado personal, lo llevarán a una ceguera de sí mismo y por tanto del consultante. De esto se deduce que al psicoterapeuta se le exige un compromiso con su implicación como instrumento.

Al respecto Moreno y Casillas (2013) nos cuestionan, ¿es posible que un psicoterapeuta pueda estar exclusivamente como un profesional que se desempeña de acuerdo con ciertos protocolos establecidos, sin involucrarse personalmente en el proceso de interacción psicoterapéutica? Responden que a pesar del necesario dispositivo de la neutralidad, no podemos ignorar que nuestra persona (historia, contexto y trayectoria) está presente en el consultorio, con todo lo que somos. Es así que como psicoterapeuta, estoy implicado personalmente en los procesos de psicoterapia con mis consultantes, lo que lejos de significar un obstáculo a vencer, apunta a las posibilidades que ello me ofrece de realizar mejor mi trabajo y convertir esta situación en un recurso psicoterapéutico para la comprensión y para orientar constructivamente la interacción. Detallando al respecto agregan

Plantear ahora la pregunta de si la relación psicoterapéutica es profesional o personal nos parece un falso dilema. Se trata de una relación personal/profesional. Estamos como seres humanos en una relación que en el contexto sociocultural, tiene ciertos propósitos de ayuda para el consultante, que supone cierta formación y atención a un encuadre propio y que, por lo mismo, es también profesional. (p. 320).

El psicoterapeuta, en tanto humano, se nos presenta sin duda alguna como la más hermosa creación, así lo ilustra magistralmente Michelangelo Buonarroti, en el fresco, de la creación, localizado en las bóvedas de la Capilla Sixtina. Pero en cuanto a que el ser humano se constituye como tal en contacto con otros y su humanidad se ve fuertemente impactada por su historia personal, socio-cultural y global, no podemos menos que advertir que es imperfecto, así lo sugiere la frase que da inicio a este capítulo escrita por Terencio (165 a.C) en su comedia, “El atormentador de sí mismo”:

MENEDEMO: Cremes, ¿tienes tanto tiempo libre como para ocuparte en asuntos ajenos que no te conciernen en absoluto?

CREMES: Soy hombre; y por lo tanto, nada que sea humano me resulta extraño...

(p. 12).

Cremes la pronuncia, para explicar su intromisión sobre los asuntos de Menedemo, indica que “errar es de humanos”, la aceptación de los traspiés personales. En todo caso “nadie está libre de pecado”, del pecado de la humanidad. Bien nos haría a los psicoterapeutas advertir “humildad” antes que creer-nos ciencia ficción. En tanto humanos tenemos que asumir conflictos, límites, heridas, errores, puntos fuertes, puntos ciegos, etc.

Por tanto, como señalan Goldstein, Heller y Sechrest (1966), es dudoso que el concepto de terapeuta ideal tenga alguna utilidad. (Citado en Phares y Trull, 1999).

Consideremos pues, que como señalan Zohn y Moreno (2008) no es el no tener heridas lo que nos permite ayudar a otros a sanar las suyas, sino el haberlas sanado y cuidar continuamente del bienestar propio. Para poder respetar las particularidades de quienes ayudamos sin usar la relación para satisfacer nuestras propias necesidades, requiere reconocer nuestra historia personal, quienes somos, necesidades y fortalezas.

Eso humano, por tanto inevitable en la persona del terapeuta, tiene que estar en constante observación para evitar obstaculizar el proceso psicoterapéutico. Para ilustrarlo recuerdo una frase del escritor, filósofo y poeta estadounidense, Ralph Waldo Emerson: “Podemos viajar por todo el mundo, pero siempre nos llevamos a nosotros mismos”, de esta manera no podemos olvidar que nuestro quehacer profesional se verá impactado por nuestra historia personal y si hemos de llevarnos a

nosotros mismos, pues no podemos huir de esa advertencia, será mejor enfrentarla y revisarla para no ser presos de nuestra propia casa.

Zohn (2009) al referirse a la “Historia familiar y desempeño profesional en psicoterapia”, comenta que los elementos relacionados con la historia de vida: aprendizajes más significativos, formas de interacción que hemos desarrollado; se ponen en juego en nuestro quehacer y tienen un peso en la definición de nuestra acción profesional

Es fundamental que como psicoterapeutas tengamos claro cómo es que nuestra historia personal ha incidido y sigue incidiendo de manera directa en el trabajo profesional, y cómo puede relacionarse dicha historia con aspectos que favorecen u obstaculizan el desempeño psicoterapéutico.

La historia personal y familiar nos moldea y articula, da un sentido a nuestra vida, un lugar y una visión del mundo que nos rodea.

A través y a partir de la *historia familiar*, vamos construyendo nuestra perspectiva de la realidad, la manera en que concebimos el mundo, en que distinguimos lo que es importante de lo que no lo es. Aprendemos a poner nuestra atención en ciertos fragmentos de la experiencia y dejamos de ver otros. (p.99).

El trabajo con la historia personal, es una herramienta fundamental para reconocernos y reconocer a otros. Es la posibilidad de encontrar una mirada comprensiva de nosotros mismos que se traduce en una mirada empática hacia el consultante. Sin embargo no debemos perder de vista que esta historia personal del profesional en psicoterapia, se ve fuertemente impactada además de por su historia familiar, por la huella de los cambios en su contexto, tanto a nivel local como mundial, que repercuten en su salud física, psíquica y desempeño profesional.

Para entender quién es este individuo- psicoterapeuta, debemos afrontar, que hoy los seres humanos debemos responder a las necesidades de “un mundo desbocado” como lo nombra Giddens (2000). Un mundo de transformaciones que afectan casi cualquier aspecto de lo que hacemos y que para bien o para mal, nos vemos propulsados a un orden global que nadie comprende del todo, pero que hace que todos sintamos sus efectos.

En tal sentido, nadie que quiera entender la perspectiva individual en este siglo puede ignorarlo. Los psicoterapeutas debemos estar conscientes de ello, ya que estos cambios influyen los aspectos íntimos y personales de nuestras vidas, por lo que será necesario observar, interrogar y reflexionar sobre nuestra práctica a fin de que ésta no sea irreflexiva.

Ante estas transformaciones, la visión antropológica del ser humano también se ha visto modificada, y es preciso revisarla, para que cada uno desde su ocupación, se haga cargo de su identidad compleja y de su identidad compartida con toda la humanidad. Cuando Morin habla de la hipercomplejidad de la condición humana (1990), se refiere a la complejidad antropológica del hombre. Esto es, no hace solamente referencia a simple y a complejo, sino a más y más complejidad, es decir, a hipercomplejidad. Así lo refiere Velilla (2002)

¿Cómo entender un ser que vive en el mundo, es determinado por él y al mismo tiempo es creador o destructor del ámbito en que vive, de sí mismo, de los artefactos que lo determinan y de la sociedad que lo hace hombre? ¿Cómo entender su capacidad para utilizar el error, la fantasía, el talento, el desorden y el desbordamiento?, ¿Cómo entender a un hombre que ríe a carcajadas, llora desconsoladamente y difícilmente sacia sus deseos? ¿Cómo aproximarse comprensivamente al hombre físico, biológico y antropológico, sujeto y objeto al mismo tiempo de su comprensión? ¿Cómo dilucidar un ser biológico que es consciente de su finitud, y en esta conciencia recrea, burla, padece y trasciende la muerte? Posiblemente estamos entrando al análisis de un tejido

intrincado entre biología y cultura, entre cerebro, hecho biológico, y conciencia, hecho cultural; estamos de esta forma atravesando un terreno que tiene que ser dicho como más que complejo. (pp. 128-129).

Será entonces necesaria, una mirada más integradora, dialógica, crítica y de autoobservación del psicoterapeuta en ejercicio, para hacer frente a la comprensión de la hipercomplejidad de sí mismo y de aquellos con quienes pretende entablar una relación de ayuda.

Morin (Citado en Velilla, 2002, p.130) refiere

El hombre sapiens es el ser organizador que transforma el alea en organización, el desorden en orden, el ruido en información. El hombre es demens en el sentido en que está existencialmente atravesado por pulsiones, por deseos, delirios, éxtasis, fervores, adoraciones, espasmos, ambiciones, esperanzas que tienden al infinito. El término sapiens/demens no sólo significa relación inestable, complementaria, concurrente y antagonista entre sensatez (regulación) y locura (desajuste): significa que hay sensatez en la locura y locura en la sensatez. (1999: 418).

El hombre sapiens/demens que nos describe Morin, nos invita a reflexionar sobre nuestro quehacer y lugar dentro de la psicoterapia, a encontrar caminos que nos posibiliten una comprensión más integradora de este ser, atravesado por factores tanto internos como externos que lo confrontan con su complejidad. Al respecto Galfré y Frascino (2007), advierten que la tarea terapéutica, apasionante sin duda, nos expone cotidianamente a interacciones que están teñidas de fuertes dosis de ansiedad, violencia, desorganización, desesperanza, etc., y no siempre es posible dar una respuesta rápida y eficiente a esta demanda. Atendiendo a dicho aspecto mencionan el “macro contexto” al que el nuevo siglo afronta al terapeuta

Consultantes que se presentan con problemáticas cada vez más graves, con posibilidades de pago decreciente; lugares de trabajo institucional que atienden patologías graves y abonan honorarios bajos o inexistentes; falta de medios personales e institucionales para obtener contención, supervisión y entrenamiento; tienen que competir con diferentes “magias”: autoayudas, terapias florales, etc. Un estado que no satisface plenamente la provisión de medios y políticas para el desarrollo de la salud mental y la atención psicológica, tanto en el aspecto de las prestaciones, como en el académico y de investigación; sus propias problemáticas personales, familiares y sociales; las problemáticas de las instituciones de permanencia, que a menudo no aciertan a adaptar sus paradigmas y sus prácticas a un mundo cambiante e impiadoso. (p. 1-2).

El “macro contexto” del nuevo siglo, confronta al terapeuta, con el reconocimiento de la hipercomplejidad, y el hecho de emprender la noble tarea de ejercer como psicoterapeuta, le compromete a dar evidencia, de que la formación en psicoterapia es un asunto, que hay que tomar con seriedad, afrontando con congruencia los tres soportes esenciales de la psicoterapia.

Siguiendo con la implicación personal del psicoterapeuta, González (2013) señala, que todo individuo humano, en tanto tal, posee convicciones, se dé o no cuenta de las mismas; el profesional, en tanto interviene como tal, ha de dar-se cuenta de las convicciones que inciden en su ejercicio. Una consecuencia lógica de esta afirmación es que un profesional debe tener un compromiso de autoobservación para identificar cuándo está instalado plácidamente en una zona de confort que tal vez impida ver algo que tendría la responsabilidad de observar

Es imposible hoy día no considerar la subjetividad del interventor en las ciencias de lo humano (Devereux, 1998: 19-23)

Una línea para trabajar los efectos que la subjetividad tiene en el proceso de intervención, es el análisis de la transferencia, incluyendo desde luego su par descriptivo, la contratransferencia, con la que conforma una situación compleja. Es preferible reservar estos términos para denominar a los afectos y a los efectos, a los cuales se les atribuye una determinación por motivos inconscientes. Pero no será la línea que seguiré aquí.

Encontramos otra línea en lo que se describe como motivos conscientes y preconscientes, al menos una parte de los cuales podría ser identificada como “valores” o “ideología”, pero que denominaré “convicciones”, como un recurso para evitar polémicas teóricas no necesarias para la finalidad de este trabajo. Para tal propósito, me respaldo en las definiciones convencionales de los términos convicción, convencimiento, convencer y convicto, establecidas por la Real Academia Española (RAE, 2001).

Así, suponiéndolas susceptibles de conciencia, el psicoterapeuta no podría alegar respecto de sus convicciones, que estas lo sujetan a la manera de las pasiones, que lo vencen, sino que tendría que reconocer que lo con-ven-cen. De tal suerte, entonces, que como profesional estoy obligado a ser sujeto de mis propias convicciones, vale decir, a dar-cuenta y a de-mostrar mis propias convicciones, desde las cuales opero en la práctica. De no hacerlo así, meramente seré convicto de ellas. (pp. 203-204).

Llámesese análisis de la transferencia y de la contratransferencia en el ámbito psicoanalítico, o “convicciones” dentro de los motivos conscientes y preconscientes; lo que queda claro es que el psicoterapeuta ha de mostrar congruencia sobre la importancia del trabajo con su propia persona.

Si el psicoterapeuta trabaja con su implicación como instrumento, existen pocas dudas como refiere Bugental (1963) de que la principal variable que afecta a la psicoterapia (además del paciente mismo, por supuesto) es el psicoterapeuta. Este autor a través del método descriptivo que se basó en la observación de varios psicoterapeutas en

diferentes marcos y en el examen de algunas de las principales influencias dentro de la psicoterapia, anotó que es probable que influyan de modo importante en el proceso terapéutico. Sus argumentos apuntan a que al parecer cualquiera que se implica en la práctica de la psicoterapia intensiva encuentra gratificaciones profunda y personalmente significativas. Algunas son claramente neuróticas o destructivas, en tanto que otras son más “sinérgicas”.

Ya que este trabajo se centra en la atención en la implicación como instrumento, que como consecuencia requiere de la asunción del eje del propio proceso, haremos referencia a estas gratificaciones que siendo destructivas pueden obstaculizar su ejercicio. Para sintetizar estas gratificaciones se hará uso de un organizador (1)

Organizador 1. Gratificaciones neuróticas o destructivas, según J. F. T. Bugental (1963)

Intimidación unilateral: se trata de un hambre de cercanía, un gran deseo de intimidad afectiva y un marcado temor hacia ella. La práctica de la psicoterapia hace posible un tipo de cercanía de gran intimidad en un solo sentido y muy a menudo, con más expresión afectiva de la que se puede encontrar en cualquier otra relación, sin excluir la matrimonial.

Omnipotencia: la práctica de la psicoterapia intensiva proporciona un rico alimento para las propias tendencias de omnipotencia y omnisciencia. Mucho que se sienten amenazados e impotentes en sus propias vidas encuentran en la práctica de la terapia una especie de calma espléndida que tanto el paciente como el terapeuta se esfuerzan en verla como resultado de la benigna influencia de la perspectiva de este último. En caso especial la omnipotencia es el mito del efecto curativo del afecto del terapeuta.

Dominio de contingencia: algunas veces, los terapeutas dicen haberse encontrado utilizando al paciente como “un perro entrenado para guiar en el campo de minas” de ciertas amenazas, de manera que puede asegurarse de que es susceptible de manejo. Se puede respetar a los terapeutas que reconocen esto, y tener bastante seguridad de que casi todos utilizan así a sus pacientes hasta cierto punto, y a menudo sin que lo reconozcan sinceramente. Cuando reconociendo las necesidades del paciente, podemos alentarlos para afrontar aquello que genera ansiedad dentro de nosotros mismos, nos encontraremos fuertemente implicados en los resultados.

Dar ternura: ser terapeuta proporciona la oportunidad de dar ternura, compasión y afecto en una forma completamente masculina. Muchos de los que son atraídos a este terreno tienen temores de sus propias emociones, temores de que estos sentimientos representen debilidad y quizá afeminamiento. Con frecuencia estos temores son del todo inconscientes, e incluso pueden encontrarse ocultos mediante una actitud contrafética en la que el terapeuta se manifiesta excesivamente expresivo de sus emociones.

Rebeldía: la práctica de la psicoterapia proporciona una oportunidad de atacar a la autoridad y a la tradición, armándonos de todas las prerrogativas de nuestra posición. El estudio y la observación confirman cómo las innecesarias inhibiciones de la sociedad complican la vida de todos: los tabúes respecto a pláticas y acciones sexuales; las culpas acerca de la ambivalencia hacia los padres, esposos y otros; la vergüenza de los deseos de muerte y otros impulsos hostiles, etc. Con la autoridad de ser terapeuta, uno puede devolver el golpe a estas influencias. Nótese con qué frecuencia los psicoterapeutas, particularmente en sus primeros años de práctica, se vuelven aficionados a las palabras de cuatro letras (Feldman, 1955). Son abiertos en sus expresiones de impulsos sexuales y hostiles. Es evidente que esto puede ser un acting out que representa la celebración de las licencias de ser terapeuta.

Bugental (1963, pp. 177-179).

En relación a las gratificaciones destructivas antes enunciadas, expreso aquella frase que irónicamente usamos para referir aquello tan familiar pero tan difícil de asumir: “cualquier parecido con la realidad es mera coincidencia”. En la práctica de la psicoterapia, el cumplimiento de los ejes que soportan dicha actividad, nos permiten enfrentar la ilusión y los errores de nuestra propia profesión, pues de no ser conscientes de la necesidad de ellos, seremos como González (2013) advierte, convictos de nuestras propias convicciones, o bien en lo relativo al fenómeno a estudiar, convictos de nuestros conflictos no resueltos. Una ceguera teórica, técnica y personal, que mostrará a los consultantes un instrumento atrofiado, ciego y empañado con nuestra mismidad limitada.

Pero entonces, ¿Qué hacer ante la imperiosa necesidad de asumir nuestra implicación personal? Galfré y Frascino (2007) señalan algunas respuestas a la pregunta, ¿Qué es lo que nutre al terapeuta en su vida profesional?

Pero ¿a través de qué llegan estos sustentos de su profesión al paciente? A través de su persona, que es su instrumento de trabajo. Por eso es muy importante el cuidado de la misma.

La persona del terapeuta es continente de variados temas: historias y experiencias de vida; similitudes y resonancias con las situaciones problemáticas de los pacientes, que puede haber resuelto o no; sentimientos que se ponen en juego en la tarea; ideas y creencias propias que pueden colisionar con las del paciente; características de personalidad; aprendizajes teóricos; mandatos de sus lugares de pertenencia sobre cómo trabajar; estilos personales de trabajo; poner en juego en su trabajo su palabra, sus actos, y sus actitudes.

Por lo tanto es muy conveniente que los terapeutas dispongan de un espacio, para:

- Explorar a fondo su vida personal.

- Beneficiarse al relacionarla con su práctica clínica.
- Relacionar su personalidad, su estilo, su experiencia de vida, etc., con los pacientes en tratamiento.

Este espacio deberá ser distinto y complementario de clases y supervisiones. (p. 2).

Si bien es cierto que Galfré y Frascino, sugieren especialmente para nutrir al terapeuta, talleres de trabajo para enriquecer y hacer más eficaz su práctica profesional en equipos de reflexión, sobre la función terapéutica y es en ello en lo que enfatizan, no pretenden remplazar la psicoterapia individual y la supervisión que serán esenciales para nutrir la persona del psicoterapeuta.

De esta manera el psicoterapeuta tendrá que recurrir a todos los espacios posibles: supervisión, psicoterapia personal, espacios de recreación, descanso etc., para brindar cuidado a su propia persona.

Liliana Chazenbalk (2004) Master en Psicología Cognitiva y profesora titular de Psicología de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad de Palermo, refiere al respecto

Dado que el terapeuta, en general, asume un compromiso con la labor psicoterapéutica y su instrumento terapéutico es su propia persona, es fundamental que entonces cuente con un espacio de trabajo en equipo, donde se sienta contenido y acompañado, trabajando su persona como terapeuta y la de sus pares. Asimismo, tiene un considerable valor el hecho de contar con espacios de recreación, de descanso e implementación del humor, que producen distensión y mayor efectividad en su labor terapéutica. Finalmente es relevante que el terapeuta cuente con una formación creativa, incluyendo la observación de sí mismo y de sus propias experiencias internas. (p.114).

Estos espacios en la persona del psicoterapeuta son vitales, pues como relata Soto (2006) nadie puede dar lo que no tiene, ¿Cómo lograr un encuentro yo-tú, si no ha logrado un encuentro con su propio ser? ¿Cómo puede una persona amar si no se ama a sí misma? ¿Puede alguien prestar un vestido si está desnudo? ¿Puede recibir invitados a "su casa" quien está fuera de ella y perdido?

Consideremos pues la invitación que nos hacen Zohn y Moreno (2008) a reconocer nuestra historia de vida y características personales, pues estas se hacen presentes en los modos como entablamos las relaciones de ayuda con quienes trabajamos

Y, aunque a veces quisiéramos centrarnos sólo en los requerimientos metodológicos o técnicos para resolver la situación, es inevitable que el proceso de ayuda incluya también las características afectivas, actitudinales, valorales, cognitivas y conductuales de quien pretende ayudar. En otras palabras, la relación que un profesional establece con las personas a las que ayuda también tiene un impacto significativo en los efectos que se generan en las interacciones.

Es aquí donde encontramos útil invitar a un reconocimiento y toma de conciencia respecto de cómo nuestra historia de vida y características personales se hacen presentes en los modos como entablamos las relaciones de ayuda con quienes trabajamos. Heridas no sanadas y necesidades no resueltas, por ejemplo, pueden ser estorbos para ayudar a otros, en tanto cabe la posibilidad de “utilizarlos” para resolver eso nuestro que nos falta sanar y resolver. Al mismo tiempo, reconocemos que experiencias, situaciones difíciles superadas, pueden ser un recurso importante en nuestra labor de ayudar a otros a que resuelvan y salgan delante de sus propias situaciones dolorosas y problemáticas. (pp. 5- 6).

Pero ¿Cómo enfrentar nuestra propia historia de vida? ¿Cómo reconocer las características que se hacen presentes en los modos en los que nos relacionamos? ¿Cómo experimentar con empatía el lugar del consultante? Más aún ¿Cómo enfrentarnos a nuestro propio mundo interno, a nuestros fantasmas y demonios? Un

mundo interno, impactado sin duda, por todas las vicisitudes que enfrenta cualquier ser humano: incertidumbre, violencia, desesperanza y un sin fin de angustias terrestres, en una realidad cambiante y compleja. ¿Es el propio proceso psicoterapéutico, una posible respuesta? Así lo han considerado los distinguidos formadores a quienes se les pidió responder en el capítulo 2, apartado 2.1, la cuestión sobre el requisito del propio proceso. De igual forma Sigmund Freud, que independientemente del enfoque en el que nos encontremos, puede ser valorado, como aquel que inaugura la psicoterapia contemporánea y posiblemente de quien se conserva la herencia en otras perspectivas del eje sobre el propio proceso psicoterapéutico como un distintivo esencial de esta disciplina, en uno de sus trabajos sobre técnica psicoanalítica, “Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico” (1912), señala

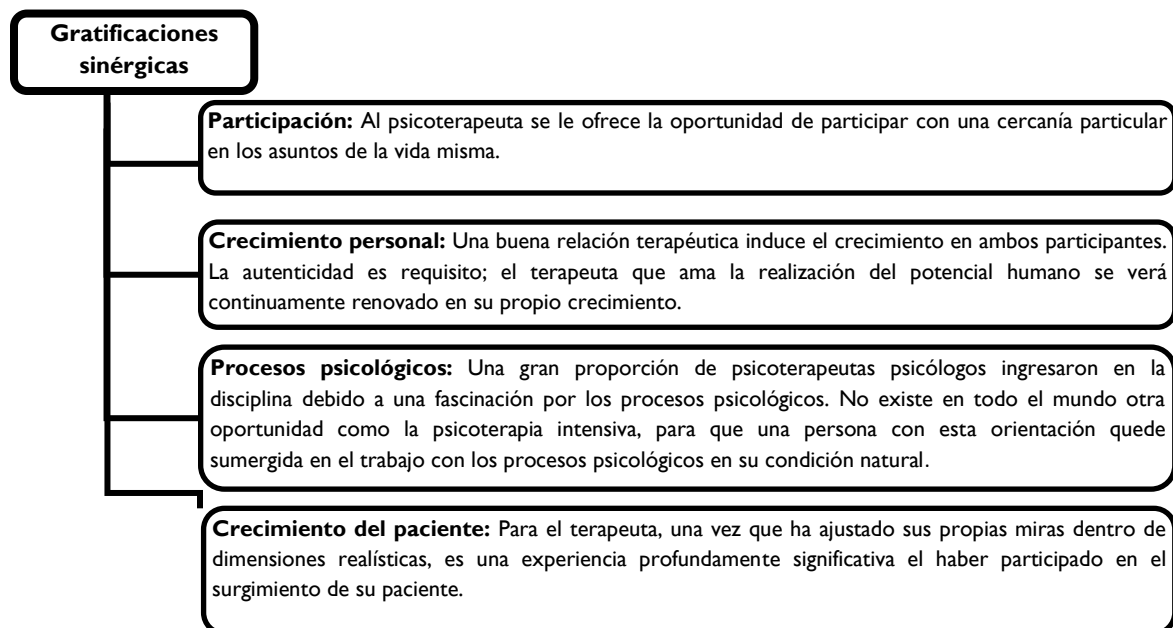
...Incluyo entre los muchos méritos de la escuela analítica de Zurich haber reforzado esta condición, concretándola en la exigencia de que todo el que pretenda llevar a cabo análisis en otros deba someterse antes a un análisis con un experto. Si alguien se propone seriamente la tarea, debería escoger este camino, que promete más de una ventaja; el sacrificio de franquearse con una persona ajena sin estar compelido a ello por la enfermedad es ricamente recompensado. No sólo realizará uno en menos tiempo y con menor gasto afectivo su propósito de tomar noticia de lo escondido en la persona propia, sino que obtendrá, viviéndolas uno mismo, impresiones y convicciones que en vano buscaría en el estudio de libros y la audición de conferencias. Por último, no ha de tenerse en poco la ganancia que resulta del vínculo anímico duradero que suele establecerse entre el analizado y la persona que lo guía. (p. 116).

Al parecer el encuentro con nuestra propia casa, se presenta como un camino en el que, a través del reconocimiento de sí mismo, se puedan cometer menos errores que aquel, que perdido de sí, pretende acompañar a otros. El compromiso con los ejes o pilares de la psicoterapia es una responsabilidad de quienes optamos por esta profesión. Estos ejes acompañados de espacios ricos en experiencias personales que

propicien bienestar, nos pueden llevar a reconocer en nosotros la contraparte de las gratificaciones neuróticas de las que habla Bugental (1963) y reconocer en esta noble labor aquellas gratificaciones que siendo más reales, nos permiten descubrir la riqueza del trabajo en el encuentro terapéutico (Organizador 2). Reconocer que el efecto favorable sobre nuestras vidas, en un espacio donde nos sentimos acompañados, mirados, reconocidos, es mayor al esperado si actuamos de manera irreflexiva y aislada.

El término sinergia, ideado por Maslow (1962), delinea más la propiedad común que tienen. En una relación verdaderamente sinérgica, aquello que más contribuye a la realización de uno de los participantes es también una mayor realización del otro. Debe quedar claro que el presente autor no se adhiere al punto de vista de que el terapeuta no tiene necesidades que buscan satisfacerse mediante su trabajo. Por lo contrario, el terapeuta debe encontrar gratificaciones importantes a fin de ser capaz de movilizar todos sus recursos para la tarea, lo cual ha de hacer con frecuencia. Algunos de los incentivos para hacerlo así parecen ser los siguientes. (pp. 179-180).

Organizador 2. Gratificaciones sinérgicas, según J. F. T. Bugental (1963)



Bugental (1963, pp. 180-181).

En el contexto de la formación como psicoterapeutas Moreno y Casillas (2013) manifiestan que desde su experiencia, notan la diversidad de actitudes y reacciones de los psicoterapeutas en formación, ante el requisito de algunos programas para estar en un proceso de psicoterapia personal, pues a algunos les parece innecesario, otros lo ven como un requisito a cumplir, otros como algo importante sin tener claro de qué manera, y otros más reconocen que trabajar y promover el bienestar personal y la resolución de conflictos personales es necesario para interactuar constructivamente con sus consultantes. Al respecto profundizan

En la formación de los psicoterapeutas es importante transmitir la necesidad de atender, cuidar y desarrollar también la dimensión personal del terapeuta (...) Atender propositivamente al desarrollo personal le ayudará al terapeuta en formación a darse cuenta de las identificaciones con sus consultantes, de los prejuicios que le alejan de este, de sus creencias, valoraciones, costumbres, significados culturalmente asignados a ciertas expresiones o tonos de voz, o de la situación contratransferencial que se pueda estar presentando (...) El trabajo en la psicoterapia personal del propio terapeuta le ayudará a darse cuenta cómo está implicado en la relación e interacción con sus consultantes, y a hacer los cambios necesarios a favor del proceso, al cuidar de sí y en beneficio de su consultante. (p.323).

Siguiendo a González (2013) tengo la “convicción” de que el proceso psicoterapéutico personal, procura herramientas que posibilitan un visible incremento en la calidad del interventor en el ejercicio de la psicoterapia, a través de la comprensión de uno mismo. Considero además que aquellos psicoterapeutas que asumen su implicación como instrumento y por tanto se responsabilizan de su proceso personal, demuestran una alta calidad ética al ser congruentes con lo que ofrecen. Porque más allá de las habilidades y capacidades personales indispensables, del dominio de la teoría y la técnica; se obtiene un sustento emocional, una constante autoobservación, una disposición intelectual y un compromiso consciente con su persona como herramienta.

Sin embargo, en tanto que pretendo no ser “convicta” de mi convicción y asumiendo que ésta tiene ilusiones y errores, sobre todo entendiendo que en este asunto ¡No hay garantías!, ya que el hecho de que alguien vaya a psicoterapia no significa que esté realmente reconociendo su implicación y realizando una revisión profunda de sí; opto en este trabajo por una metodología fenomenológica, como un recurso para poner sobre la mesa “el requisito del propio proceso psicoterapéutico” y someterlo a una sistematización y crítica.

Sigamos entonces con el establecimiento del problema y la descripción de la metodología a seguir, en la que como menciona Martínez (1996) se realizan todos los pasos de tal manera que la investigación pueda ser objeto de un diálogo entre la comunidad de científicos y estudiosos; es decir, que cualquier lector, al adoptar el mismo punto de vista del investigador a partir de sus presupuestos, pueda llegar a ver o constatar lo que este vio o constató.

CAP. 3 ESTABLECIMIENTO DEL PROBLEMA

Ningún psicólogo clínico que empiece sus prácticas, con supervisión y/o sin ella, está exento de las consecuencias de trabajar con una persona, que influye, por mecanismos inconscientes, en su propia psique. Además de la importancia del mismo trabajo terapéutico en su propia persona, los avances clínicos de los pacientes, los estancamientos, las necesidades de cambio de tratamiento, de cambio de terapeuta, la deserción del paciente, etc., pues todo ello acaece, tanto en la identidad profesional (Harrsch, 2005) como en el yo del clínico.

En López Medina (2010)

Planteamiento del problema

El presente Trabajo de Obtención de Grado, plantea el problema de cómo viven algunos psicoterapeutas en su práctica profesional, su propio proceso personal de psicoterapia, sea que lo recibieran al momento de ser entrevistados o que lo hayan tomado con anterioridad.

A lo largo de mi formación primero como Psicóloga Educativa y posteriormente como Psicoterapeuta, he escuchado en reiteradas ocasiones la importancia del proceso personal de psicoterapia en los profesionales de esta disciplina, argumentándose que el principal instrumento de trabajo es la propia persona. No obstante el amplio señalamiento, he encontrado colegas que no sólo no le dan importancia a dicho proceso, sino que además lo consideran innecesario para su práctica profesional, encontramos algunos que incluso ejerciendo como psicoterapeutas no tienen la experiencia vivida del consultante, y otros tantos que lo realizan única y exclusivamente porque es un requisito en sus programas de formación, y que abandonan terminando éste. En la experiencia clínica de algunos de los formadores

escuchamos además, que los psicoterapeutas presentan serias resistencias para el tratamiento, un asunto que llama la atención, sobre todo por la implicación personal en el ejercicio de esta profesión.

El propio proceso personal es considerado por Freud (1910/1912/1937), Dupont et. al (1976), Fromm-Reichmann (1950), Bellows (2007) y Ávila-Espada (2012) entre otros, uno de los soportes esenciales en la formación como psicoterapeutas, del cual se espera el cuestionamiento personal y profesional como seres conscientes de su implicación como instrumento, y una forma vivida de adquirir herramientas en la formación disciplinar.

Este trabajo, además de la importancia de escuchar las vivencias de los colaboradores para apreciar el valor de la subjetividad en la comprensión del fenómeno, pretende una reflexión sobre la propia práctica, un llamado de atención a la ética profesional y un llamado al compromiso de autoobservación de todos quienes nos dedicamos a esta hermosa tarea. Para las instituciones formadoras una evidencia empírica, de las vivencias del proceso personal de psicoterapia, más allá de la simple hipótesis sobre sus beneficios, pues permite ampliar la comprensión de la experiencia vivida y sus significados, posibilitando la conciencia ética y nuevas formas para pensar la solicitud de dicho requisito.

De lo anterior se desprende la pregunta de investigación:

- **¿Cómo es la vivencia del propio proceso psicoterapéutico, cuando se ejerce la profesión de psicoterapeuta?**

Este cuestionamiento, nos invita a profundizar sobre uno de los pilares ejes en la formación como psicoterapeuta, mostrándonos aspectos genuinos del fenómeno en nuestra realidad actual, así como las competencias disciplinares desarrolladas a través del experimentar del psicoterapeuta como consultante. De manera que nos lleva a plantear el siguiente objetivo.

Objetivo

- Describir cómo es la vivencia del propio proceso psicoterapéutico en quienes ejercen la profesión de psicoterapeutas.

Dificultades presentes durante el estudio

- La principal dificultad fue la limitación de tiempo tanto de los formadores, los 3 psicoterapeutas entrevistados, así como del investigador, manifestadas en:
 1. Dificultad para coincidir.
 2. Gran cantidad de tiempo empleado en la parte estructural del método fenomenológico, ya que se requirió minuciosidad para realizar las transcripciones completas de las entrevistas y el análisis de los datos. Así como en las entrevistas realizadas a los formadores.
- Dificultad para delimitar, a quién se puede llamar psicoterapeuta. Debido sobre todo a la formación especializada profesional de los psicoterapeutas a entrevistar, ya que existen pocos programas de posgrados nombrados

“psicoterapia”. Este aspecto se aborda a detalle en el capítulo 5, apartado 5.5.

Discusión, punto 2. Características de los colaboradores.

Delimitaciones del estudio

Es importante señalar, que pese a las dificultades mencionadas con anterioridad, el trabajo de investigación fue viable, pues se contó con los recursos teóricos, técnicos, materiales y humanos, necesarios para llevarla a cabo.

Delimitación espacial y unidades de estudio:

- Los sujetos del estudio fueron tres psicoterapeutas de la ciudad de León Guanajuato.
- Tienen como ejercicio profesional la psicoterapia, con experiencia no menor a cinco años.
- Han tomado al menos un proceso personal de psicoterapia, con una duración no menor a 1 año y en diversas orientaciones.

CAP. 4 METODOLOGÍA

“La fenomenología no desea excluir de su objeto de estudio nada de lo que se presenta a la conciencia; sin embargo, por otro lado, desea aceptar sólo lo que se presenta y, precisamente, así como se presenta”

Miguel Martínez Miguélez (1996)

El presente Trabajo de Obtención de Grado se asume con la metodología fenomenológica en tanto que en psicología, psicoterapia y desarrollo humano, de acuerdo con los planteamientos de diferentes autores y promotores de este tipo de investigación (Giorgi, Groenewald, Jurema, Pimentel, Cordeiro, Nepomuceno, Walker) y citados por Moreno (2014) tiene como propósito central comprender la experiencia vivida de las personas en relación con situaciones de su vida. Se interesa por captar y comprender los significados vividos que surgen en diferentes momentos para cada persona.

El fenómeno estudiado, es el proceso personal de psicoterapia en relación a la profesión de psicoterapeuta, en el que se investigó la comprensión del fenómeno tal como aparece a la conciencia. La metodología empleada, busca comprender la experiencia vivida que el psicoterapeuta tiene de dicho proceso, asumiendo que esto, sólo puede lograrse con la descripción comprensiva y detallada de la vivencia, rechazando toda explicación o juicio de valor. Al respecto Sassenfeld y Moncada (2006, p.96) señalan

También ha quedado al descubierto que el objetivo cardinal de la investigación fenomenológica es la comprensión de los fenómenos tal como se muestran a la conciencia de quien los experimenta y observa. Halling y Carroll (1999) definen la

fenomenología como “el estudio metodológicamente riguroso y no sesgado de las cosas tal como aparecen, de manera que se pueda llegar a un entendimiento esencial de la consciencia humana y su relación con los objetos de la experiencia” (p. 96). Ahora bien, en la tradición fenomenológica, la comprensión de un fenómeno es diferenciada con claridad de una explicación que dé cuenta de él; la fenomenología está dedicada a comprender la experiencia que el observador tiene del fenómeno en sus propios términos y asume que esto sólo se puede lograr mediante la descripción comprehensiva y detallada de ésta, rechazando el análisis causal explicativo o los juicios de valor como herramientas útiles para arribar a un entendimiento genuino del objeto de investigación involucrado (Brazier, 1993; Ginger&Ginger, 1987; Moreira, 2001; Peñarrubia, 1998).

En estrecha relación, la herramienta esencial, tal y como dicta la metodología fenomenológica, es el acto de intencionalidad de la conciencia, dirigido a la vivencia del psicoterapeuta sobre su propio proceso personal de psicoterapia, ya que él, es el único que puede dar cuenta del fenómeno, tal como lo percibe de manera corporal, afectiva e intelectual, en el aquí y ahora.

Etapas y pasos de la investigación fenomenológica

Este estudio, se orientó en lo general por las etapas y pasos enunciados por Martínez (1996). Sin embargo en la Parte descriptiva: elección de la técnica, se siguió a Moreno (2014), quien presenta orientaciones precisas para realizar adecuadamente una entrevista fenomenológica en un contexto de investigación. La parte estructural, fue guiada por Giorgi (1985), con modificaciones de Moreno (2015), método que comienza una vez que la descripción ha sido obtenida.

I.- Etapa previa: clarificación de los presupuestos

En esta etapa, advierto que tengo la “convicción” de que el proceso psicoterapéutico personal, procura herramientas que posibilitan un visible incremento en la calidad del

interventor en el ejercicio de la psicoterapia, a través de la comprensión del propio mundo interno. Sin embargo, para no ser “convicta” de mi convicción y asumiendo que ésta tiene ilusiones y errores, fue sometida a una sistematización y crítica. En este sentido Martínez señala (1996)

Entre los presupuestos relacionados con el tema que se desea estudiar, habrá ciertos valores, actitudes, creencias, presentimientos, intereses, conjeturas e hipótesis. Es necesario hacer patentes estos puntos de partida y precisar su posible influencia en la investigación. (p. 171).

Una vez advertidos mis propios presupuestos, fue necesario reconocerlos y ponerlos en suspenso, para dejar que tres psicoterapeutas como consultantes, describieran su vivencia sobre dicho “requisito”, obteniendo así, evidencia original, la cual nos permitió dar cuenta de dicho fenómeno, más allá de los argumentos e hipótesis sobre sus beneficios.

II.- Etapa descriptiva

El objetivo de esta etapa, realizada en tres pasos, fue lograr una descripción del fenómeno estudiado, lo más completa y desprejuiciada posible, que permitiera reflejar al mismo tiempo, la realidad vivida por cada sujeto, su mundo y su situación, en la forma más auténtica. En este sentido Martínez (1996) señala que una buena descripción es una *conditio sine qua non* para poder realizar una investigación digna de respeto, lograr conocimientos válidos y no embarcarse por un camino de ilusión, engaño y decepción.

Primer paso: elección de la técnica o procedimiento apropiado

Entrevista fenomenológica

Se abordó desde la entrevista fenomenológica, que privilegia la profundidad y variabilidad de los significados, cuya idea central es recolectar la mayor información posible para poder hacer una descripción a fondo sobre el propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce esta misma profesión. Lo que se buscó fue entonces, volver del proceso psicoterapéutico propio, a los actos de conciencia (vivencias) que se nos ofrecieron a través de representaciones percibidas o sentidas a nivel cognitivo, corporal y afectivo, estudiando dichas vivencias en el aquí y ahora.

Como refieren Marí, Bo y Climent (2010)

La entrevista fenomenológica es un recurso para buscar, en el discurso de los sujetos, los significados atribuidos por ellos a su experiencia frente a una determinada situación como buscar trabajo u otras. Por ello, el objetivo de la misma no es recopilar informaciones o conocimientos adquiridos, sino sorprender lo vivido en el presente, a partir de la cuestión orientadora. El investigador actúa como facilitador del acceso a lo vivido, lo que es fundamental para la investigación fenomenológica. El conocimiento obtenido por la vía ideográfica es derivado de un modelo dinámico sustentado en la intersubjetividad confirmándose que, tanto el investigador como el investigado, intercambian puntos de vista, de manera que el uno pueda estar en el lugar del otro y así entender e interpretar de manera más fidedigna la realidad presentada (pp.115 - 116).

Moreno (2014) señala que en la perspectiva que vamos señalando y en el contexto de la investigación en psicología, psicoterapia o desarrollo humano podemos llamar entrevista fenomenológica a un proceso de interacción y diálogo entre dos personas, cuyo propósito es proporcionar que la colaboradora reconozca, describa y exprese su

experiencia vivida y los significados sentidos en relación a situaciones vividas referidas al tema de la investigación. Ya sea que las viva actualmente o las recuerde y se exprese desde el experienciar.

Moreno (2014) señala además, que este tipo de entrevista tiene dos dimensiones, la relacional y la técnica, que plantean al entrevistador una doble tarea: 1) ¿Cómo atender a las expresiones del colaborador en la interacción y qué hacer respecto a sus propias vivencias y reacciones a las interacciones en la entrevista? 2) ¿Cómo orientar la comunicación corporal, verbal y de la música de su hablar para favorecer las expresiones del colaborador desde su experienciar?

Así mismo, comparte valiosas orientaciones sobre cómo hacer una entrevista fenomenológica, consideradas oportunas para este estudio: a) actitudes del entrevistador; b) modos de interactuar y c) criterios técnicos orientadores. Señalaré sólo los contenidos del inciso C, dada la importancia del manejo de la técnica de la entrevista fenomenológica

Antes de la entrevista:

- Busca desde el primer contacto construir un ambiente de confianza y seguridad psicológica,
- Identifica un lugar privado y tranquilo, donde la persona-colaboradora pueda expresarse con libertad (pueda llorar si quiere, por ejemplo) durante la entrevista,
- Prepara de antemano su equipo de grabación y corrobora que funciona adecuadamente,
- Tiene a la mano la carta de consentimiento informado y un cuaderno para tomar notas,
- Acuerda con la persona la finalidad, la duración y el lugar de las entrevistas (al menos dos ocasiones),

- Acuerda con ella su consentimiento por escrito para grabar la entrevista, el uso que le dará a la información de la misma, y cómo protegerá la confidencialidad.

Durante la entrevista:

- Hace algún comentario amplio o pregunta abierta que le dé a la colaboradora la oportunidad de empezar a poner atención en una situación concreta vivida, relacionada con el tema de la investigación, y en cómo se siente en relación con dicha situación,
- Una vez iniciada la conversación, el investigador sigue la dirección y ritmo que marque el colaborador, desde lo que va vivenciando en la entrevista. Además, pone atención a su experiencia e intenta ir captando la del colaborador (Gendlin, 1962, 1996, 2004; Friedman, 2005; Moreno, 2009), quien lleva fundamentalmente la dirección de la entrevista, dentro del marco amplio de la temática a abordar. El investigador será cuidadoso de no señalar, ni explícita ni implícitamente, el orden o el momento en los que el colaborador tenga que abordar alguna faceta en particular de su experiencia vivida,
- Más que hacer preguntas para solicitar una determinada información, el investigador hará invitaciones que ayuden al colaborador a seguir explorando su experiencia y las expresiones que desde ahí surjan, a reconocer nuevos aspectos en relación con ello y a continuar con su expresión en el diálogo,
- Hace algunas preguntas, generalmente abiertas, cuando ellas son necesarias para propiciar una ampliación en el reconocimiento de diferentes aspectos de la experiencia vivida; o menos abiertas cuando intenta verificar la comprensión de la expresión del colaborador (Moreno, 2009),
- Sigue el curso del diálogo para proponer algunos aspectos del tema general que el colaborador no haya abordado. Es decir, aprovechará las mismas expresiones de él para entrelazar con ellas, de una manera fluida, otros aspectos de la experiencia vivida que quiere conocer, sin forzar la dirección o los contenidos,
- Le da a la persona el tiempo y las pausas necesarias para que pueda poner atención en su experiencia y encuentre los modos adecuados de describirlo y/o expresarlo,

- Permite que la colaboradora vaya agotando en su narración/expresión las diferentes facetas de su vivenciar, sin interrumpirla para preguntarle o encaminarla en una dirección diferente,
- Utiliza expresiones tales como: “¿podrías decirme algo más al respecto?”, “No entiendo muy bien a qué te refieres”, ¿podrías decírmelo de otra manera?” “¿Podrías ampliar tu descripción de esos aspectos que comentas?” y otras similares con el propósito de invitar a la colaboradora a ampliar o precisar sus descripciones,
- Hace resúmenes, repite palabras cruciales del colaborador, expresa con palabras de él los significados comprendidos, etc., con la intención de verificar con el entrevistado su correcta comprensión (Friedman, 2005). Estas intervenciones pueden ser también una invitación para que amplíe su descripción diversos aspectos de su experiencia vivida,
- Pide al colaborador que describa a qué se refiere y qué significados están en su vivenciar, cuando utilice palabras que parecen importantes, o expresiones generales de uso cotidiano tales como “me siento muy bien”, “no pasa nada”, “estuvo padrísimo”, etc.
- Permite que la colaboradora hable de temas aparentemente desconectados del tópico de la investigación hasta cerciorarse que efectivamente no tienen conexión con él; es decir, está atento a la aparición de temas emergentes (Gallegos, 2005; Moreira, 2001) y permite que se expresen y se aborden,
- No discute las opiniones del colaborador, ni expresa sus propias opiniones sobre el tópico,
- Recaba la firma en el formato de consentimiento informado,
- Si hay necesidad de una segunda o tercera entrevista, acuerda la fecha y hora con la persona. Si no está seguro de ello, deja abierta la posibilidad de llamarle,
- Empieza y termina a tiempo la entrevista,
- Agradece a la persona su colaboración.

Después de la entrevista:

- Registra los datos generales básicos, pertinentes para la temática de la investigación: edad, sexo, fecha, lugar y hora de la entrevista, contexto de la misma,
- Transcribe el contenido de las entrevistas en su totalidad (texto nativo),

- Conserva los respaldos necesarios de las transcripciones, cuidando la confidencialidad de los mismos.
- Archiva debidamente la carta de consentimiento informado que firmó el colaborador.
- Guarda los registros video o audio-grabados de las conversaciones, y
- Realiza el análisis de las entrevistas siguiendo los lineamientos de la metodología a utilizar. Giorgi (1985) y Moreira (2001) hacen cada quien una propuesta metodológica para el análisis de las transcripciones de las entrevistas. (pp. 74-75).

Segundo paso: realización de la observación, entrevista, cuestionario o autorreportaje.

Para realizar la entrevista fenomenológica con mayor objetividad, atendimos a las precauciones y alertas señaladas por Martínez (1996)

- Que nuestra percepción aprehende estructuras significativas.
- Que generalmente vemos lo que esperamos ver.
- Que los datos son casi siempre datos para una u otra hipótesis.
- Que nunca observamos todo lo que podríamos observar.
- Que la observación es siempre selectiva.
- Que siempre hay una “correlación funcional” entre la teoría y los datos: las teorías en la determinación de los datos como éstos en el establecimiento de las teorías.

Para que la observación sea “más objetiva” se aplicarán las reglas de la “reducción” fenomenológica”.

Reglas negativas (para no ver más de lo que hay en el objeto y no proyectar nuestro mundo interno):

1. Tratar de “reducir” todo lo subjetivo: deseos, miras prácticas, sentimientos, actitudes personales etcétera.
2. Poner entre paréntesis las posiciones teóricas: conocimientos, teorías, hipótesis, etcétera.
3. Excluir la tradición: lo enseñado y aceptado hasta el momento en relación con nuestro tema, el estado actual de la ciencia al respecto, etc.

Reglas positivas

1. Ver todo lo dado, en cuanto sea posible; no sólo aquello que nos interesa o confirma nuestras ideas, aquello que nos es más importante vitalmente, aquello que andamos buscando o deseamos confirmar, etcétera.
2. Observar la gran variedad y complejidad de las partes.
3. Repetir las observaciones cuantas veces sea necesario. (pp. 173-174).

Se consideró recomendable efectuar una entrevista piloto para afinar la técnica de la entrevista fenomenológica como instrumento, ya que poner en práctica las reglas antes enunciadas, requiere entrenamiento y autocrítica. Se advirtió que aun poniéndola en práctica con profunda y consiente atención, es imposible lograr total pureza.

Tercer paso: elaboración de la descripción protocolar.

Es importante enfatizar que una de las razones para que este tipo de investigación se realice con un número reducido de entrevistas, es porque exige atención, búsqueda exhaustiva y cuidado riguroso de los datos descritos. Por ello, además de las observaciones minuciosas y objetivas, las etapas se apoyaron en el seguimiento de un “protocolo” que corresponde a la “descripción fenomenológica” en la que se centra el estudio, lo que implica tener el registro de los datos (éstos pueden constar de relatos escritos y grabaciones de audio y video) para verificar su autenticidad.

En el caso de esta investigación constó de: observación, registro en audio grabaciones y toma de algunas notas.

III. Etapa estructural

Esta etapa se centró en el estudio minucioso de las descripciones contenidas en las audiograbaciones y la toma de notas.

La parte estructural del método fue guiada por Giorgi (1985), quien describe cuatro pasos esenciales; expresados más generalmente, del modo siguiente:

- 1) Alguien lee la descripción entera para tener un sentido general de la declaración completa.
- 2) Una vez que el sentido de la totalidad ha sido captado, el investigador se regresa al comienzo y lee a través del texto una vez más con la aspiración específica de discriminar "unidades de significado" desde el interior de una perspectiva psicológica y enfocado en el fenómeno que está siendo investigado.
- 3) Una vez que "las unidades de significado" han sido delineadas, el investigador a través de estas unidades de significado, expresa de manera directa el contenido psicológico de la visión interna. Esto es especialmente auténtico en el sentido más revelador del fenómeno en estudio
- 4) Por último, el investigador sintetiza todas las unidades de significado transformadas en una declaración coherente sobre la experiencia del sujeto. Esto usualmente se refiere a la estructura de la experiencia y puede ser expresado con un número de niveles. (p. 10)-

En cuanto al análisis de la información, Giorgi (1985) señala que en cualquier evento, la última etapa del análisis, sirve al investigador para sintetizar e integrar los puntos de vista contenidos en las unidades de significado transformadas en una descripción consistente de la estructura psicológica del evento. En esta síntesis todas las unidades de significado transformadas deben ser tomadas en cuenta. El criterio sería que todos

los significados de las unidades de significado transformadas, estén al menos implícitamente contenidos en la descripción general.

Puntualizo, que los datos de las entrevistas se ajustaron a la propuesta realizada por Giorgi (1985), con modificaciones de Moreno (2015)

Giorgi	Moreno
a. El sentido del conjunto: realizar una lectura de la descripción total con la finalidad de encontrar el sentido general del conjunto.	Sentir el todo.
b. Discriminar las unidades de significado “meaningunits”. Son segmentos de los datos que revelan deforma potencial algún aspecto, agruparlos.	Identificar las Unidades de Sentido/Significado en el texto de la transcripción Subrayar el texto en el que la persona expresa una US
c. Transformación de las unidades de significado en expresiones adecuadas al fenómeno investigar. El objetivo del método es llegar a una categoría general a través de expresiones concretas y no de abstracciones. Se trata de agrupar las unidades de significado en temas más amplios denominados temas comunes que le confiere la estructura o esencia al estudio.	Compactar la expresión de las US, utilizando las palabras de la persona (C= colaboradora) Columna 2. Mantenemos las palabras de la persona de manera compactada. Quitamos las que no sean estrictamente necesarias para la comprensión del sentido de los enunciados.
	Parafrasear y compactar las US Expresamos con nuestras palabras (de los investigadores) lo esencial del mensaje de la US identificada
	Agrupar las US por “semejanzas temáticas” Leemos de conjunto todas las US para identificar las semejanzas y diferencias temáticas. Vamos proponiendo posibles agrupaciones. Al final las revisamos todas para ver su consistencia lógica interna.
d. Síntesis de transformación de las unidades de significado: el último paso del análisis es tratar de sintetizar e integrar los temas comunes a través de una descripción general que capte la esencia	Transformar las US agrupadas, en lenguaje teórico, desde la perspectiva disciplinaria de análisis Síntesis de las grupalidades (que implica relaciones coherentes entre los diversos elementos) y expresión gráfica de la

de la experiencia vivida por todos los participantes. En esta descripción están integrados al menos implícitamente, todos los temas comunes y unidades de significado.	misma en un esquema o mapa conceptual Aquí expresamos esquemáticamente las relaciones que captamos que hay en las grupalidades de sentido, apoyándonos también en los referentes teóricos que usamos para la comprensión en términos de teoría psicológica.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Criterios para la selección de los psicoterapeutas entrevistados

Una vez descritas las tres etapas y los pasos del método fenomenológico que guiaron ésta investigación, indico los criterios que se siguieron para la selección de los psicoterapeutas entrevistados:

1. Que sean hombres o mujeres que ejerzan como psicoterapeutas con un tiempo no menor a dos años, para garantizar que tienen experiencia profesional en este ámbito.
2. Que hayan cursado estudios de posgrado en psicoterapia o en el área de la psicología, formados en cualquier enfoque y en cualquier institución.
3. Que tengan la vivencia del proceso psicoterapéutico personal, mayor a un año, para garantizar que la vivencia sobre el mismo sea genuina.
4. Que residan en la ciudad de León Guanajuato.
5. Que estén dispuestos a colaborar describiendo su vivencia durante una o dos entrevistas fenomenológicas profundas.
6. Aceptar de antemano que las entrevistas sean grabadas y transcritas con fines académicos y/o científicos, evidenciándolo a través de un consentimiento firmado.

CAP. 5 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

“La verdadera realidad primaria —la realidad radical— es la del yo con las cosas. Yo soy yo y mi circunstancia —escribía ya Ortega en su primer libro, en 1914—. Y no se trata de dos elementos —yo y cosas—separables, al menos en principio, que se encuentren juntos por azar, sino que la realidad radical es ese quehacer del yo con las cosas, que llamamos la vida. Lo que el hombre hace con las cosas es vivir. Ese hacer es la realidad con que originariamente nos encontramos, la cual no es ahora ninguna cosa —material o espiritual, porque también el ego cartesiano es una res, si bien cogitans—, sino actividad, algo que propiamente no es, sino que se hace. La realidad radical es nuestra vida. Y la vida es lo que hacemos y lo que nos pasa. Vivir es tratar con el mundo, dirigirse a él, actuar en él, ocuparse de él.

Julián Marías (1941)

Para dar inicio a este capítulo, recordemos que la descripción de un fenómeno, es la vía más adecuada para lograr información genuina y detallada del significado del campo fenoménico de los sujetos colaboradores, de ahí la importancia de aprender sobre el fenómeno, de un participante que sabe del asunto porque lo ha experimentado personalmente, a diferencia de haberlo supuesto o inferido, porque como señala la frase inicial, *“La realidad radical es nuestra vida. Y la vida es lo que hacemos y lo que nos pasa”*.

Ahora bien, la investigación fenomenológica elegida como metodología, nos permitirá analizar las vivencias intencionales, para captar cómo se produce en ellas, el sentido de los fenómenos, posibilitando la recuperación de lo subjetivo, vivencial y existencial, así como la profundidad y variabilidad de los significados.

Será útil señalar, que para fines de este estudio y para no generar confusión, seguiré a Moreno (2014), utilizando como sinónimos los términos vivenciar, experiencia vivida y experienciar, este último tomado de los trabajos de Gendlin (1962, 1996, 2004).

Antes de conocer las expresiones de las vivencias de estos psicoterapeutas como consultantes, hago algunas puntualizaciones respecto a ellos:

- Se seleccionaron según los criterios establecidos en el capítulo anterior.
- Para que los participantes no estuvieran advertidos de los presupuestos del investigador sobre el proceso de psicoterapia personal, fueron recomendados con apoyo de compañeros de esta disciplina, a quienes se dieron a conocer los criterios de selección. Los compañeros de apoyo, solicitaron a algún colega su colaboración, anticipando únicamente que se trataba de una entrevista sobre la vivencia del proceso personal de psicoterapia en psicoterapeutas. Una vez que aceptaron participar, la comunicación e invitación formal fue realizada por el investigador, estableciendo la finalidad, acordando la cita y el lugar, solicitando la autorización para grabar la entrevista y pidiendo firmar el consentimiento informado.
- Se buscó que pertenecieran a instituciones distintas y de preferencia en posgrados con enfoques distintos, para obtener variabilidad en los resultados.

Al respecto, se tuvo la colaboración de:

1. Tres mujeres.
2. Las participantes estudiaron su posgrado, en distintas instituciones.
3. Dos de ellas con enfoque psicoanalítico y una con enfoque sistémico.

4. Existe entre las colaboradoras, variabilidad en la duración de sus procesos de psicoterapia, así como en el tiempo que tienen en el ejercicio profesional.
- Se confirmó que las colaboradoras tenían la vivencia del fenómeno a estudiar, sin embargo, hasta el día de la entrevista se desconocía su duración, enfoque, o si éste, fue solicitado como requisito en sus programas de maestría. Al respecto y en el conocimiento de que dos de estos procesos se llevaron a cabo en el marco psicoanalítico, considero oportuno aclarar, que no entraremos en discusiones sobre la distinción entre psicoterapia psicoanalítica y psicoanálisis, o si este último es considerado psicoterapia o no, estos aspectos se consideran irrelevantes en este estudio, por lo que nos centraremos en la vivencia del psicoterapeuta sobre el eje del propio proceso personal, sea cual sea el enfoque elegido.

Por otro lado, participé como colaboradora en una entrevista fenomenológica realizada por el Dr. Salvador Moreno López, sobre mi vivencia en la maestría en psicoterapia, que tenía como finalidad enseñar a otros cómo se realizan este tipo de entrevistas. Esta experiencia me permitió aprender de mí misma y de la técnica, en mi propia vivencia. Pude revisar varias veces la video- grabación, que me fue proporcionada y estudiarla junto con la teoría, antes de realizar las tres entrevistas para esta investigación.

Se realizó una primer entrevista piloto que fue examinada y retroalimentada por mi asesor, para cubrir diversas finalidades: asegurar la validez de la misma, percatarme de posibles fallas en la aplicación de la técnica, revisar si la redacción de la pregunta

inicial era adecuada para una buena comprensión por parte de las colaboradoras, establecer valores inesperados en las variables, a través de las propuestas de categorías y subcategorías, y para prever otras dificultades que pudieran presentarse en el proceso de comunicación. Esta entrevista piloto fue integrada al estudio. (Colaboradora A)-

Es importante señalar la dificultad para establecer categorías y subcategorías, ya que las descripciones pueden pertenecer a varias de ellas, sin embargo organizar los relatos en ejes temáticos, permite captar la esencia de la experiencia vivida para identificar cada una de sus grupalidades con sentido.

Se encontrarán pequeñas variables en las categorías y subcategorías de las colaboradoras A, B y C, en función de sus propios relatos, sin embargo al ser un tema localizado, la clasificación realizada coincide en varios criterios.

Se encontrará al inicio de las descripciones y principales hallazgos de cada colaboradora, un diagrama que muestra las categorías y subcategorías seleccionadas a partir del análisis de las entrevistas, con la finalidad de expresar esquemáticamente las relaciones captadas. Además se integró en cada categoría y subcategoría un organizador previo, estrategia propuesta por Ausubel, para facilitar la comprensión de las partes más importantes de un discurso. Al respecto Moreira (2012) señala que estos organizadores son materiales introductorios presentados antes de la información, para dar una visión general del material. Los organizadores previos nos servirán como puentes cognitivos que se enlazarán con viñetas, que muestran de forma directa la descripción del significado vivido por cada una de las colaboradoras.

La conversación con las colaboradoras partió de la pregunta inicial: ¿Cómo es o cómo ha sido para ti estar en un proceso psicoterapéutico personal, en relación con trabajar como psicoterapeuta?

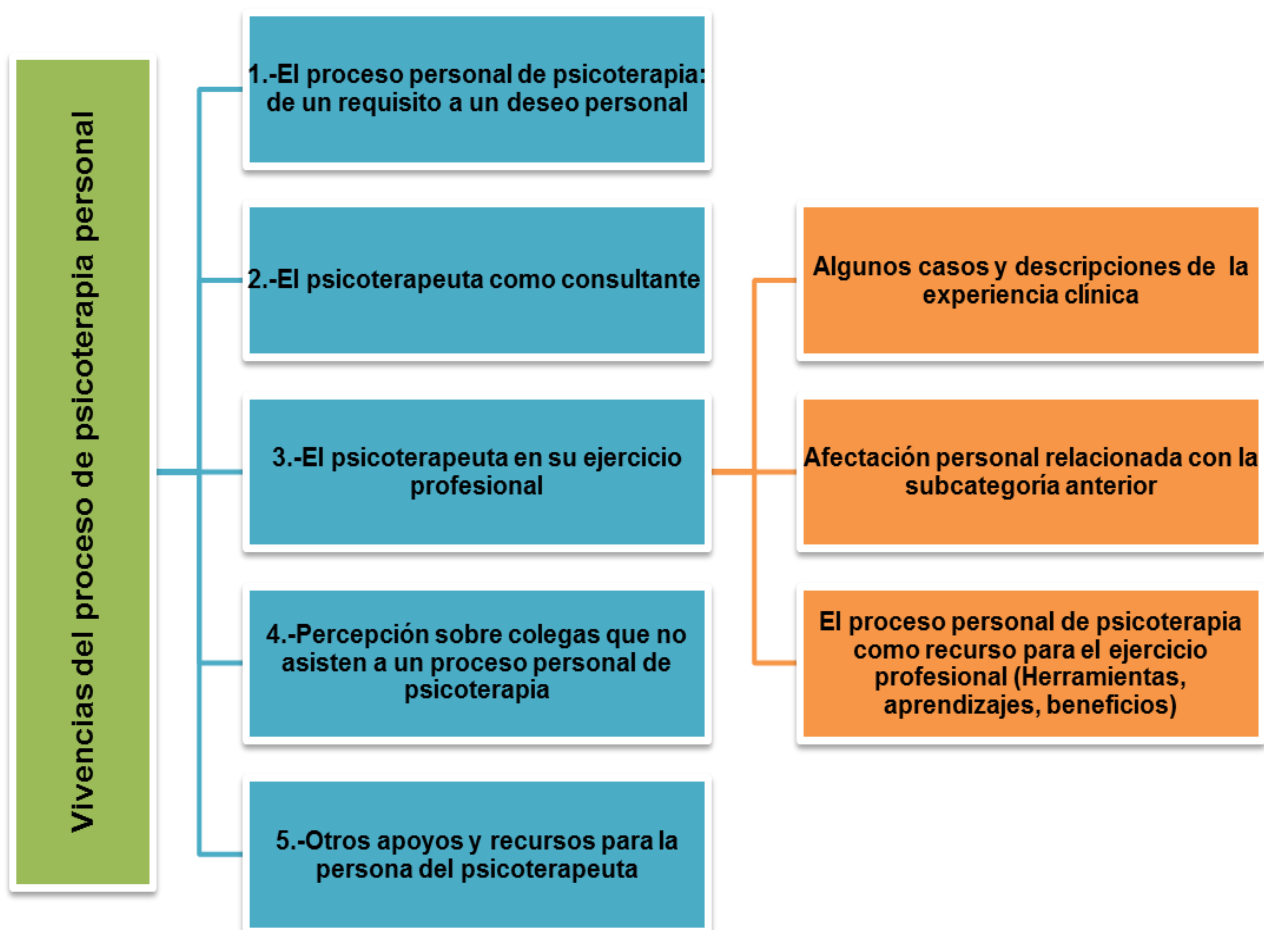
A continuación describo los resultados encontrados en cada una de las categorías y subcategorías seleccionadas, de las tres colaboradoras, realizando algunas observaciones significativas rescatadas a partir del análisis de los datos. Así como en lo general algunas semejanzas y diferencias entre las entrevistas, advirtiéndose desde luego la importancia de identificar las particularidades y rescatar la subjetividad de cada una de las participantes.

5.1.- Principales resultados de la vivencia del propio proceso de psicoterapia.

Colaboradora A.

Señalo algunas precisiones en relación a esta participante: estudió un posgrado con enfoque psicoanalítico, ha tomado dos procesos personales en esta misma perspectiva. Cuenta con 10 años en ejercicio profesional. Estos datos se obtuvieron una vez terminada la entrevista fenomenológica.

Diagrama de categorías y subcategorías



1.-Organizador sobre la vivencia del proceso personal de psicoterapia: de un requisito a un deseo personal.



En esta categoría, se muestran algunas viñetas en las que la colaboradora reconoce, que comenzó su proceso por recomendación externa y no por deseo personal, sin embargo señala, que no ignoró la petición. Relata además que a través de la vivencia de este eje de la formación, en el presente asume la utilidad que tiene y la necesidad de trabajar aspectos personales. Considera que va más allá de un requisito que se espera cumplan, los profesionistas del mundo psi:

- *Yo llegué a análisis porque me decían, no a lo mejor por una solicitud expresa de me pasa esto o quiero pensar sobre este punto, no, sino era porque así te lo indicaban y a lo mejor yo pude hacer caso omiso de eso, pero decidí no hacerlo.*
- *No recuerdo las palabras textuales pues, pero que si tú estás en este asunto de entender la psique de otros, pues primero entiende la tuya ¿no?, o sea, sí tiene mucho sentido y tiene mucha razón este asunto, pero más allá de hacerlo como algo que se requiere o que se espera que hagan los profesionistas del mundo psi, ya que lo vives te das cuenta que es de muchísima utilidad como persona.*
- *Mi comienzo y acercamiento como con mi ser paciente, surgió de una sugerencia de otro, no de una motivación personal, y que sí, a lo mejor mi ser paciente inicialmente era más como en esta parte exploratoria y ahora es más asumir mi parte de voy porque necesito trabajar cosas.*

Manifiesta que durante la maestría el propio proceso no fue solicitado como requisito, en ese sentido lo ha tomado por elección personal:

- *Porque no era un asunto obligado, como en algunas instituciones que te pueden obligar, que mientras te estás formando, tienes que estar en proceso y bajo ciertos lineamientos o con ciertas personas ¿no? En ningún momento yo he estado obligada a que tengo que acudir a un proceso.*

Reconoce que al principio se encontraba en una fase exploratoria, en la que centraba su atención en la figura del analista, identificándolo ahora, como una reacción resistencial al evadir sus propios aspectos personales. Detalla que un segundo proceso lo retoma más consciente de su deseo personal:

- *Me ubico cuando yo iniciaba mi proceso, a lo mejor me puede resultar un poco gracioso, como observarme en aquel momento, las inquietudes que yo tenía, como estudiante también, como estar muy a la expectativa de y ¿qué hace?, ¿qué dice?, ¿cómo interviene? y que no sé qué, estar más pendiente de lo que el otro hacía o no hacía, que de repente finalmente era una reacción resistencial pues, pero de repente estar como más pendiente del otro que de mí misma, y de cómo finalmente se ha ido transformando ese espacio para usarlo para mí pues, más allá de qué hace o no hace el otro, finalmente yo sé, que hace su chamba y por eso es que sigo acudiendo ¿no?*
- *Esta parte que te decía que estaba más pendiente de qué hacía, de qué no hacía, si me atendía a tiempo, si no me atendía a tiempo, y tratando yo, de interpretar a mi terapeuta (risa), pero que después yo podía hacer señalamientos de esto, y esto, y esto, y en otro momento jamás diría algo así. Entonces en la medida que me fui soltando, decir, pues a ver, yo pienso estas cosas de esto que tú dices o de esto que tú haces; que a lo mejor yo estaba más como en la crítica de qué hace y qué no hace, más allá de pensarlo desde mí; creo que en la medida que me fui soltando, entonces ya me fueron regresando cosas, entonces ya me fui conectando a estar ahí porque yo quería estar o porque yo necesitaba estar y no porque alguien me demandara que yo estuviera ¿no?, o sea, creo que, concluí un proceso inicial, pero después yo misma decidí retomarlo con otra persona pues, pero sí por una motivación y no por sugerencia o por presiones.*

Reconoce que su persona está marcada por su profesión, por ello estaba tan al pendiente de las teorías y modos de intervención de su analista, sin embargo, ahora puede disfrutar de su rol como consultante:

- *Identifico que se ha ido transformando, como mi ser paciente, y que creo que también, mi ser paciente estuvo siempre marcado por mi profesión, por eso yo creo estaba pendiente ... y que a lo mejor ahora ya no me fijo si hizo esto o desde qué corriente me lo dice ... me ha parecido interesante y valioso pues, de cómo poderlo ahora tomar para mí, aunque tenga utilidad o efecto en muchos aspectos de mi vida, finalmente, sí, es como por un ejercicio personal.*
- *La diferencia en cuanto a que te digo que yo estaba como viendo que hacía el otro, como yo también observo, yo también se supone sé que se hace desde allá, este, pero ahora creo que dejo trabajar al otro que está allá y yo me dedico a ser paciente y que el otro le piense lo que le tenga que pensar y yo con lo mío, pero sí como tener bien claros esos espacios y también disfrutar cuando estoy del lado del paciente ¿no?*

Al encontrarse en la experiencia analítica, ha tomado conciencia de la importancia y utilidad de este eje de la formación más allá del requisito, y lo identifica como inacabable:

- *Creo que como psicoterapeuta ha sido un proceso vital pues, así como, un proceso que me ha ido acompañando en mi crecimiento como profesional y que casi que recién egresé, pues empecé con la cuestión de la psicoterapia, entonces, si ha sido como un acompañante importante para lo profesional, pero principalmente para la cuestión personal, y me queda claro que es un bien necesario, más allá de lo que te decían los maestros, cuando estudiaba de que: deben ir y todo esto, finalmente ya cuando lo vives o cuando lo experimentas, cuando trabajas tus propios asuntos, te das cuenta de lo importante que es.*
- *Pero te digo no me ubico ejerciendo la parte de la psicoterapia sin yo tener, como mis propios asuntos atendidos y que a lo mejor puede ser que un análisis es inacabable pues y en algún momento se acabará un aspecto de análisis de alguna situación de mi vida, o dentro de los mismos procesos o del proceso con una sola persona, como varias partecitas, varias etapas en donde has trabajado cosas distintas y se cierra una parte*

del proceso y puedes tener una experiencia distinta aunque estés como con la misma persona.

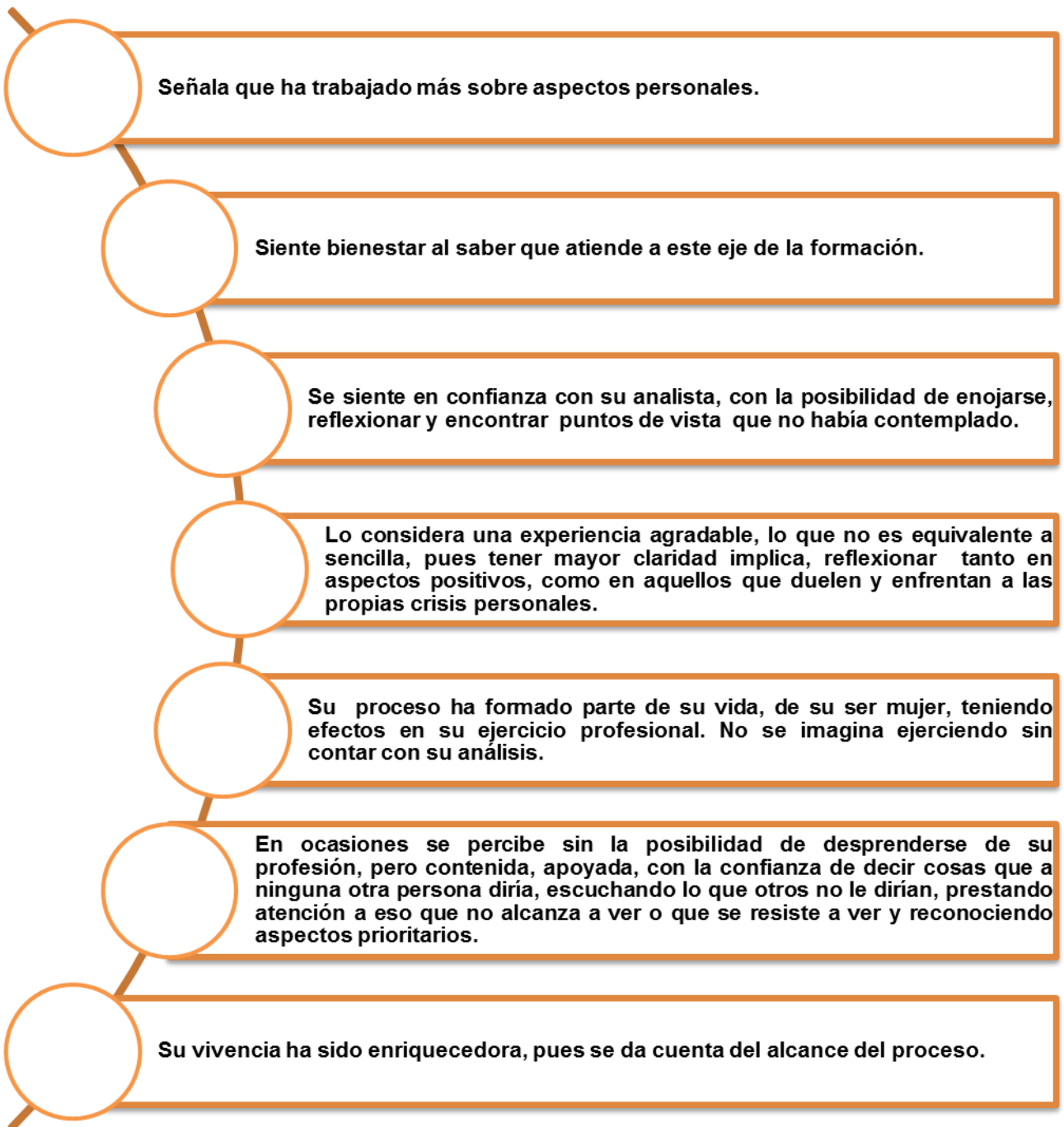
- Sí, o sea, como más allá de una regla, creo que es algo que finalmente cada quien decide, porque no te lo obligan o en algunos espacios de formación sí lo hacen, pero creo que, puede ir como tendiente a esta parte de hacer conciencia, y que finalmente no vas a hacer conciencia de eso que está por ahí medio velado si no lo trabajas en un espacio adecuado.*
- Yo creo que, a lo mejor desde lo consciente, esta parte de ¡ay! sí, porque mis maestros me decían, pero quizá siempre hubo cosas, que a lo mejor tenía la espinita de haber ¿qué pasa con esto?, y a lo mejor vas viendo cosas, vas descubriendo cosas y te despierta más curiosidad en ciertos aspectos propios, y a lo mejor también el ir como sintiendo la necesidad de estar frente a un otro y ser también responsable de estar aquí, esto también implica el que tú puedas como no nada más saberte lo teórico o lo técnico, sino, pues trabajamos con nuestra persona, entonces, creo que es una herramienta, debería ser obligada aunque no que te lo pongan a fuerza, sino que debería completar la formación ¿no?, de cualquier persona que está en atención a otros.*

En el ejercicio profesional lo considera una exigencia, desde el enfoque en que se elija intervenir, pues señala, que tener los propios asuntos poco entendidos desatará “una guerra de demonios” interna, que interferirá en la escucha que se brinda:

- Aunque no me dedicara a la psicoterapia pues, es de mucha utilidad y dedicándome a esto es como una exigencia, como una responsabilidad, porque el atender a un otro pues implica un gran compromiso, entonces, pues si tú tienes ahí tus asuntos relativamente ahí, o tus demonios los tienes ahí medio entendidos, pues bueno no, no, habría una guerra de demonios ahí ¿no?*
- Creo que finalmente de la corriente que tú elijas analizarte, creo que siempre va a ser importante que te des el espacio de atender y entender cosas que vives y que*

experimentas, te dediques a lo que te dediques, pero si te dedicas a la cuestión de escuchar a otro, de prestar tus oídos y tu cabeza limitada o no, pues finalmente creo que es un compromiso que debes tener como persona, pero también como terapeuta ¿no?, en la medida de lo posible tener los más asuntos trabajados, los más asuntos aclarados para que no interfieran con esa escucha que puedes brindar a otros

2.- Organizador sobre la vivencia del psicoterapeuta como consultante.



En la segunda categoría, identifica que ha trabajado más sobre aspectos personales que profesionales:

- *Bueno a lo mejor te he relatado sobre lo útil que puede resultar mi proceso con la parte de la atención, pero creo que no nada más ha sido útil como profesionalista pues, y gran parte de los temas o de los asuntos que yo trabajo en mi análisis tienen que ver con mi ser persona, no únicamente con mi ser profesionalista, que bueno todo va ahí intercalado, pero que si nos vamos como a hacer un recuento, he trabajado más cosas como desde lo personal.*

Se siente en confianza con su analista para expresar libremente sus vivencias. Lo considera una experiencia agradable, lo que no es equivalente a sencilla, pues implica también enfrentarse con aspectos dolorosos o crisis personales de las que nadie está exento, por lo que el propio proceso es un espacio de contención y elaboración:

- *Yo me puedo sentir como en confianza con mi analista y a lo mejor como el de repente, también enojarme por lo que me dice o quedarme pensando y darme cuenta que a lo mejor yo no lo había visto así, no sé, yo creo que para mí ha sido una experiencia agradable, pero no quiere decir que porque lo pueda describir en general así como agradable, pues haya sido o ha sido sencillo, porque pues ir a terapia no es nada más que te den la suave, sino que te hagan tener más claridad, entonces pues eso a veces también duele o tú también cuando estas en situaciones de crisis en lo personal, pues también es un espacio bien importante, que te acompañan en el proceso de tu propia elaboración y que todas las personas vivimos cosas y nadie estamos exentos de tener crisis, habrá quién tenga menos o más recursos para hacer frente a alguna situación de impacto, pero que también por eso es importante analizar o tener un espacio que te contenga.*

Encontró en su proceso personal un espacio de libertad para hacer, decir y cuestionar.

Identifica que ha formado parte importante de su vida y de su ser mujer, teniendo efectos

en su ejercicio profesional, por lo que no se imagina ejerciendo sin contar con este eje de la formación:

- *Finalmente comenzaba a hacer cosas, a hablar de cosas que no hablaba en otros espacios, de cuestionar cosas que no cuestionaba en otros espacios y cómo finalmente eso ha formado parte muy importante de mi vida, de mí, de mi ser mujer pues y cómo todo eso ha tenido como un efecto en mi ser profesionalista, quizá yo no me percibo ejerciendo sin la parte del análisis, también me queda claro que a lo mejor no voy a poder ir toda la vida.*

En cuanto a cómo se vive siendo paciente, describe una dificultad para desprenderse de su profesión, pero contenida, apoyada y observando aspectos, que no vería sin este espacio. Reconoce en su propia vivencia el alcance del proceso:

- *Pues muy paciente a veces (risa) este, pero como si, en ocasiones creo que no me puedo desprender de que soy psicóloga, que soy psicoterapeuta ... yo me he sentido como muy contenida, apoyada, que me pueden decir cosas que ninguna otra persona me dice, que me ayudan a observar cosas que tal vez otra u otras personas no me lo dirían, como el poder completar un poquito eso que yo no alcanzo a ver o que tal vez me resisto a ver, como el formar una parte o el tener un aspecto que es prioritario pues, que a lo mejor, siempre va a haber aspectos a conocer a descubrir y demás, pero creo que mi vivencia como paciente ha sido muy enriquecedora, porque me doy cuenta como del alcance de esas sesiones o de esos procesos, y a lo mejor cuando yo atiendo a una persona, pues creo que es importante el hecho de que puedan decidirse a estar en un espacio y que tal vez no les resultó sencillo llegar ahí y así vayan una sesión o vayan años, pues que les resultar en algo ¿no?*

3.- Organizador sobre la vivencia del psicoterapeuta en su ejercicio profesional.

Algunos casos y descripciones de la experiencia clínica



- Personas en situaciones de gran vulnerabilidad.
- Situaciones tan impactantes, traumáticas, tristes, o aterradoras a las que es difícil ponerles palabras o procesarlas.
- Consultantes con afecto aplanado.
- Casos que aparecen en la nota roja.

Afectación personal relacionada con la subcategoría anterior



- Manifestaciones corporales y emocionales: la información se registra por todos los poros y en todas las formas, siente movimientos estomacales, dolores de cabeza, agotamiento, sobresaltos, un nudo en la garganta, se le baja la presión y la temperatura corporal, ha estado a punto de llorar durante la intervención, bloqueo emocional, se paraliza momentáneamente.
- Considera que los afectos y efectos que experimenta pueden estar relacionados con asuntos personales, pero son también una muestra de lo que los consultantes están viviendo, de eso que les pasa.
- Señala que las situaciones que escucha, a la mayoría de las personas les podrían resultar sumamente impactantes.
- Considera inevitable no sentir.

El proceso personal de psicoterapia como recurso para el ejercicio profesional



- Completa la formación de cualquier persona que atiende a otros.
- Ante las inseguridades vividas en el ejercicio profesional, es importante contar con un referente en la figura de los maestros o del propio analista.
- Considera que en la medida en que se amplía la visión de uno mismo, que se descubren, escuchan y enfrentan aspectos personales incluso no gratos, se introducirán menos fallas en el ejercicio profesional.
- Es una forma de acompañar al consultante, a través del análisis de las propias experiencias, necesidades personales y profesionales, para ponerlas al servicio de la psicoterapia.
- Ayuda a abordar tanto lo personal, como lo profesional, evitando en lo posible interponer la propia persona; distinguir lo propio, de lo del consultante; experimentar el lugar del otro; desarrollar empatía; desarrollar pautas para entender al consultante.
- Es útil para metabolizar lo que representa eso que se escucha en la clínica, y poner ese entendimiento al servicio del consultante; además de lograr una conexión con cuestiones personales.
- Le permite reflexionar sobre estar a punto de llorar delante un consultante y percatarse que ante todo es persona y siente.

Esta categoría cuenta, con tres subcategorías, la primera de ellas la vivencia del psicoterapeuta sobre algunos casos y descripciones de su experiencia clínica. Hago notar que este apartado me parece fundamental para entender el contexto laboral al que se enfrenta el interventor en su ejercicio profesional, y en el que podemos observar que ésta participante, afronta situaciones y casos con problemáticas muy graves. La segunda subcategoría hace referencia a la afectación personal relacionada con la subcategoría anterior, por lo que en las viñetas se encontrarán en su mayoría integradas, en esta última hace referencia a que el cuerpo emerge manifestando lo que es difícil expresar con palabras:

- *Gran parte de mi experiencia como terapeuta, ha sido con personas que están en situaciones de mucha vulnerabilidad y que sí, es inevitable que no sientas, que no te duela un buen, pues trabajas con tu persona, entonces, está ahí, cuando ayudas también como a procesar, a pensar, pues también se generan cosas en uno, aunque a veces uno no lo registre conscientemente, pues sí, de repente como en el cuerpo pues, se va manifestando ¿no?*

Ante estas experiencias clínicas tan impactantes, las afectaciones corporales y emocionales que menciona son: dolores de cabeza, agotamiento, sobresaltos, presión baja, ganas de llorar, bloqueo emocional, recuerdos repentinos etc.:

- *Para mí es como o en la cabeza o en el estómago, ahí se depositan muchos de mis afectos, entonces, como que en ocasiones hay asuntos que te impactan más que otros, o sea, y a veces sí, como que es difícil ponerle nombre a eso que resulta tan impactante, tan aterrador, que también a veces es difícil poderlo procesar así como con palabras o teniendo claro como desde el pensamiento y finalmente el cuerpo también hace su trabajo o emerge de alguna forma manifestando eso, que a veces no lo puedes identificar.*

- *Bueno, he estado y tal vez eso pueda ser criticado, pero en ocasiones, historias como tan tristes o tan dramáticas, que he estado casi casi como que a punto de también, derramar la lágrima, que digo: ¡pues no me toca!, es cierto, pero si está como, una historia, como fea, eso sí me ha pasado más de una ocasión, y bueno lo intento pensar sí me impacta como persona, como, qué difícil vivir estas cosas, pero también es así como que, creo yo, parte del mismo proceso en esta parte de la interacción, como el tratar de experimentar o que finalmente experimento cosas que pasan también en aquel otro ¿no?, que a veces pareciera que el otro está como todo aplanado, pero tú te quedas así como que toda sintiendo mil cosas o con el nudito acá en la garganta o así como que el estómago que va ahí como moviéndose, pero me parece que es en casos en donde como que a mí me resulta como muy complicado ponerle nombre a eso que les está pasando pues, porque como que es difícil de entrada procesarlo, como si surgiera como un bloque de lo impactante que resulta pues, y a veces me siento, como frustrada porque en esos casos, me parece como difícil.*
- *A lo mejor, no soy clara como en qué me pasa, pero creo que lo registro principalmente como en dolores de cabeza o casos como muy, a veces, se termina la sesión y me siento sumamente cansada, sumamente agotada y de repente es así como, aunque no quieras te acuerdas.*
- *Yo creo que lo registras por todos los poros, lo registras de todas las formas y a lo mejor en ocasiones hay situaciones que te pueden movilizar más, o que puedes tener más conciencia de eso que llegas a percibir, y a lo mejor en casos como más impactantes, me puedo dar cuenta de lo que siento corporalmente, que a lo mejor no siempre pongo como atención en cómo me estoy sintiendo cuando escucho x, o tal cosa ¿no?*

Supone que los afectos y efectos que experimenta, pueden estar relacionados con asuntos personales, sin embargo son también, una muestra de eso que están viviendo los consultantes:

- *A lo mejor tú experimentas esas cosas, probablemente te llegan tal vez por asuntos tuyos, pero creo que es también por eso que viven, yo creo que a cualquier persona o a la mayoría de las personas nos podría resultar sumamente impactante, entonces,*

pues a veces, resulta tan impactante. Te puedes o yo me puedo sentir en ocasiones como que me paralizó, pero es como a momentos, porque tienes justo que, que ayudarles a pensar y a elaborar, pero que al mismo tiempo creo que es como un efecto de lo que ellos pueden estar experimentando ¿no?, como si fuera una muestra de: esto me pasa, y en ocasiones lo puedo llegar a sentir. Tal vez no voy a tener la claridad o la certeza exacta de que así se están sintiendo, porque es su sensación, su vivencia, su asunto, pero, ante eso que yo alcanzo a entender, o a eso que yo alcanzo a escuchar o que alcanzo a sentir, pues desde ahí es, desde donde yo puedo intervenir, donde yo voy a poder escuchar, o donde yo voy a poder apoyar ¿no?

- *Casos que aparecen en la nota roja (risa nerviosa) pero que me toca atenderlos pues, a lo mejor puedo pasar y ver la nota que está ahí, pero tal vez no siento nada, pero cuando la persona te está diciendo cómo se siente a partir de eso, es así como lo impactante, o finalmente van relatando y es así como, finalmente te van llevando a eso que vieron a eso que sintieron y pues sí, a veces sientes como todo frío, de que se te baja como la presión pues, de lo impactante que resulta y también al mismo tiempo es decir, ¿cómo estas personas pese a esas experiencias pues pueden estar ahí relatándotelo?*

La tercer subcategoría, especifica los recursos que brinda el proceso personal para el ejercicio profesional, en el que podemos encontrar: herramientas, aprendizajes y beneficios. La colaboradora señala como algunos de ellos, sentirse acompañada al contar con un referente en la figura de su analista:

- *Lo he vivido como un acompañamiento pues, porque cuando ejerces la cuestión de la psicoterapia, mi psicoterapeuta actual, mi analista actual, antes de que fuera mi analista fue mi maestro, entonces todo este rollo de la idealización y la transferencia que se juega como cuando eliges un analista, un terapeuta. Recuerdo un caso que yo atendí, en donde estaba evaluando un niño, y parte de lo que yo necesité para completar mi evaluación, fue un texto que yo vi cuando era estudiante, cuando era alumna y que ese*

texto lo conocí por el que en aquel momento fue mi maestro y que ahora es mi analista, entonces ante las inseguridades que yo podía experimentar, como en mi ejercicio psicoterapéutico, pues también es importante como ese referente o ese ideal que tú puedes tener de tus maestros o de tu propio analista.

Reconoce que el descubrir y asumir aspectos personales incluso no gratos, posibilita evitar fallas en el ejercicio profesional:

- *Pues bueno, yo creo que en la medida en que puedas también ampliar la visión de ti y entrar a cosas que de repente no son como muy gratas escuchar, descubrir, pero que finalmente es parte de ti ¿no?, de tu ser y en la medida que tengas claras esas cosas, quizá entrometes menos tu persona, aunque trabajamos con nuestra persona, al escuchar a un otro, pero finalmente es como, tener menos vicios pues, en el ejercicio de la profesión y creo que yo me he sentido cómoda con saber que estoy atendiendo mis propias cosas y que en ocasiones también cuando atiendes gente, se te mueven cosas, con las situaciones que llegan y te cuentan.*

Considera que es un elemento indispensable en la formación como psicoterapeuta, que complementa el trípode, y que permite brindar “mejores intervenciones”:

- *N: Si tú no tienes como esta parte, también como introyectada de que analices tus propios asuntos, como que con qué cara vas y te paras con un otro de que lo puedes escuchar, a lo mejor te puedes recetar la teoría súper bien o entenderla súper bien o tener un gran dominio de la técnica, pero si no trabajas como persona, entonces finalmente me parece que el rompecabezas está incompleto ¿no?, y a lo mejor podrás hacer un buen desempeño como psicoterapeuta con los otros dos aspectos, pero me parece que no va a ser como tan integrado, o que le podrías dar mejores intervenciones a tu consultante, a tu paciente, si tienes como las tres partecitas.*

E: ¿Mejores intervenciones?

Pues sí, porque finalmente podrías distinguir lo tuyo de lo del otro, más allá de lo que la teoría te puede decir ¿no?, y creo que tú también, al estar viviéndote como alguien que va y consulta cosas, quizá también, en este rollo de lo empático o de también saber en qué posición se juega del otro lado, no nada más estar como desde allá, estar pensando observando, que también es una función pues muy importante y compleja ¿no?

- *Sí, y yo creo que la parte de mi análisis, me permite poderlo distinguir y poderlo manejar, o sea, lo que me toca a mí pues a mí y lo que tiene que ver con el proceso, o sea, yo creo también, tal vez las dos cosas tengan que ver conmigo porque yo las siento ¿no?, o yo asocio con ciertas cosas mías, o yo experimento cosas a partir de algo que me cuentan, pero que a partir de eso que yo siento, de lo que me cuentan pues, también poderlo trabajar y tal vez no sentirme mal porque sigo sintiendo, o sea ¡qué bueno que puedo registrar eso!, pero para tratar de entender a ese otro y en esa medida ayudar ¿no?, escuchar sin quebrarme, como por lo que me puedan decir que también puede ser muy horrible y estar ahí escuchando y entendiendo, o sea, yo por mi cuenta irlo metabolizando, pero al mismo tiempo irlo escuchando y también irlo procesando para poder escuchar a ese otro, desde mis posibilidades y desde mis limitaciones.*

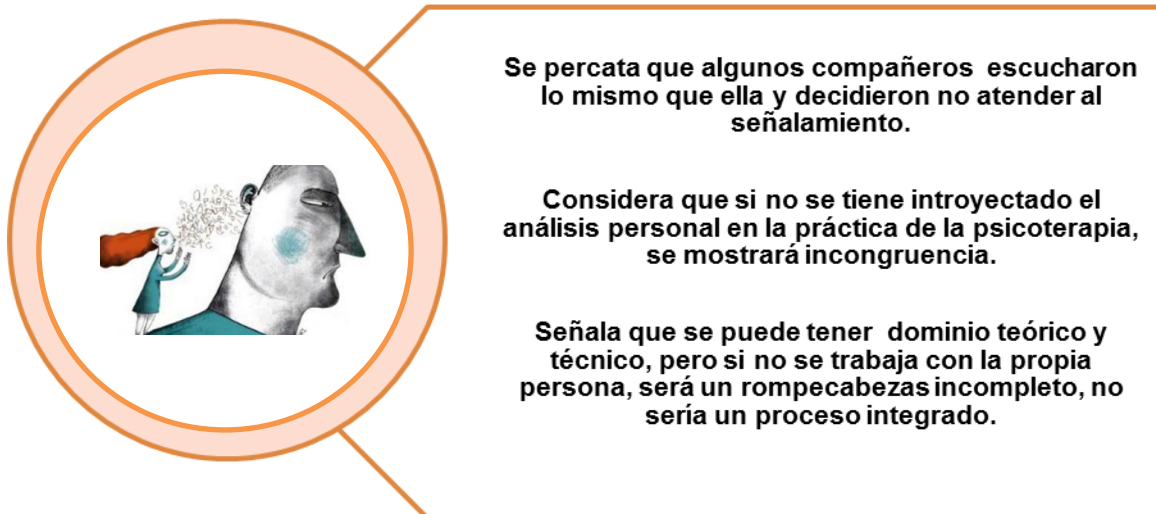
Refiere que el proceso personal es útil para metabolizar las situaciones y casos que escucha, y reconoce la implicación de esas experiencias en su propia persona:

- *N: ¡Claro!, y que esos, finalmente también son temas que puedo llevar a mi propio proceso, de lo que yo puedo llegar a sentir de eso que me dicen otras personas, por lo que viven pues, no que me lo dicen a mí como N, sino como a esa persona a la que van y le depositan cosas o que van y demandan cosas, y que finalmente también es útil para mí, el tener mi propio espacio, de hablar de lo que para mí representa eso que llevo a escuchar.*

E: Dices útil, que resulta útil

N: Útil, útil, útil, a lo mejor es una muletilla (risa). Útil, ¿el que yo tenga mi propio proceso? sí, como el poderme, como destrabar, de que tal vez hice mal porque estuve a punto de llorar, pues finalmente soy persona y finalmente siento, y a lo mejor el llevarlo a mi propio proceso, tal vez me ayuda como a darle un sentido como persona, también como terapeuta decir, bueno, esto que siento si sucede, pues úsalo para bien, para que pueda aportarle a este otro que está ahí y no para que impida.

4.- Organizador sobre la percepción de colegas que no asisten a un proceso personal de psicoterapia.



Las vivencias respecto a esta categoría, se pueden encontrar integradas en algunas de las viñetas ya mostradas, y se consideran pertinentes porque la colaboradora A, encuentra en su entorno, colegas que no atendieron al requisito. Además señala, que se puede tener dominio teórico y técnico, pero si no se trabaja con la propia persona, sería un rompecabezas incompleto.

- *Pero, también tuve compañeros que también escucharon lo mismo que yo, pero, o le dieron una interpretación distinta o no hicieron caso de eso pues.*

5.- Organizador sobre la vivencia de otros apoyos y recursos para la persona del psicoterapeuta.



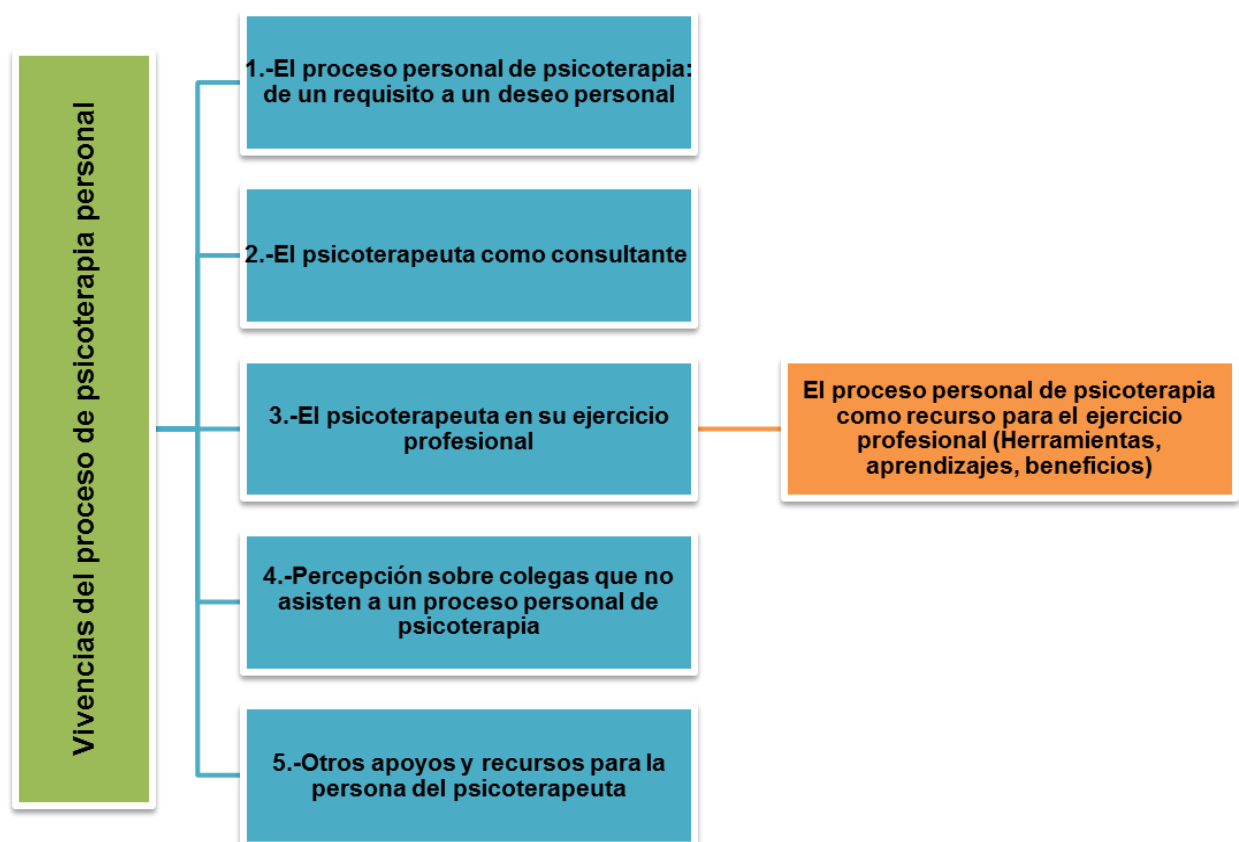
Sobre otros apoyos y recursos para su persona encuentra que:

- *Pues a lo mejor como que lo intento pensar, pensar, o de repente compartirlo con compañeras, como ¿haber pasa esto? y de repente pueden hacer algún comentario que te puede ayudar a entender o que te puede como contener, ante a veces la misma angustia que puede salir, de todo lo que te cuentan y a veces también cuando haces la nota del caso, como el tratar de integrar, aunque creo yo, soy como muy breve, muy concisa, muy sintética, pues finalmente para poder sintetizar todo lo que viviste o sentiste en una sesión, creo que a veces también puede ser útil el hablar de estas cosas que siento en mi propio proceso, que a veces es de: me pasa esto o sentí esto con esta situación, algo así.*
- *Justo como en la parte que tú te puedas analizar, te da cuenta, te hace darte cuenta de cuando es tuyo y cuando es del paciente ¿no?, o la supervisión, es decir, tú según tienes todo clarito y analizado y tal vez tu supervisor te puede decir, pues aquí está pasando esto o revisa estas cosas en tu proceso, entonces, como otra forma de ir acompañando a esa persona que tú acompañas, con las cosas que como persona y como terapeuta necesitas.*

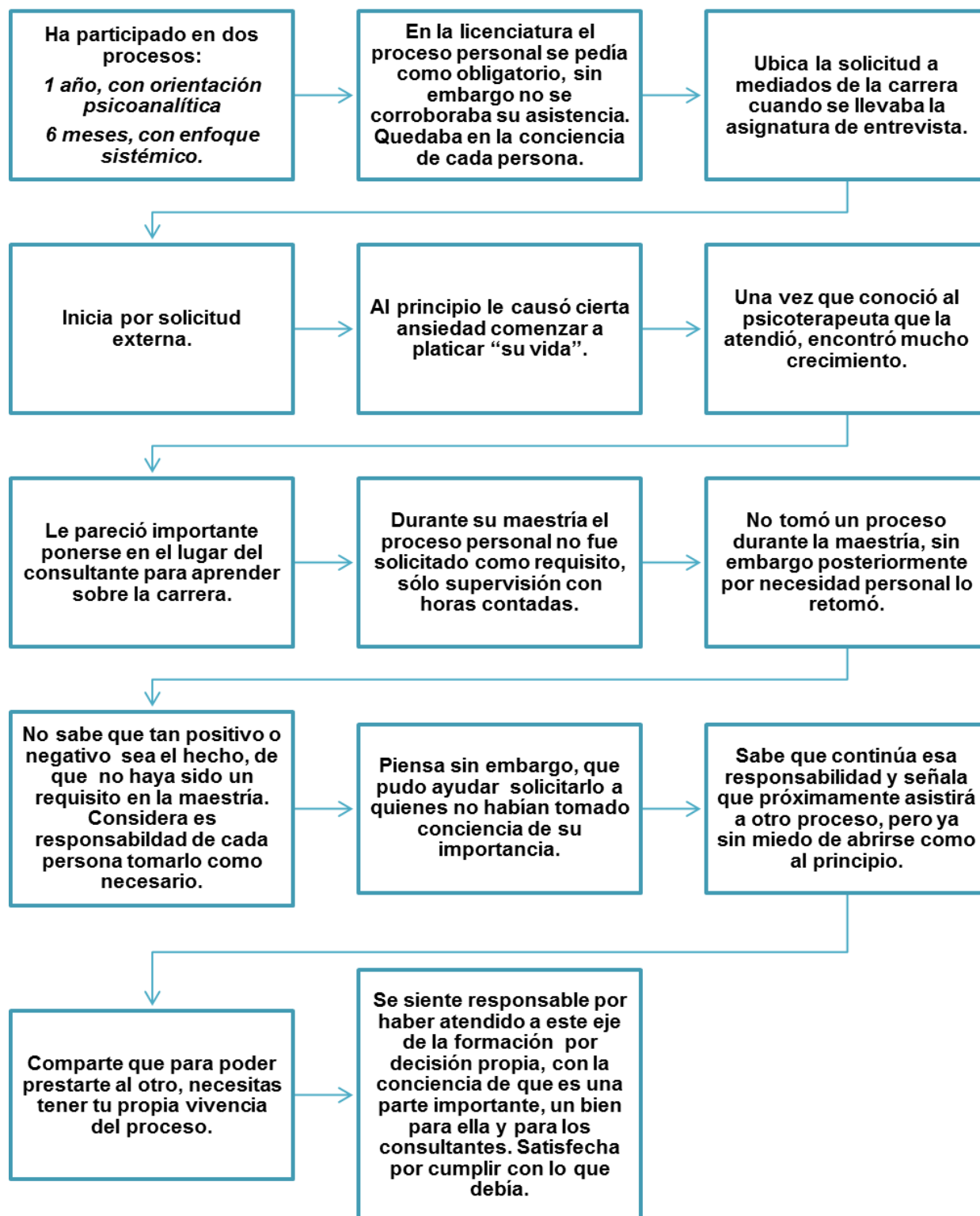
5.2.- Principales resultados de la vivencia del propio proceso de psicoterapia. Colaboradora B.

Informo algunas precisiones en relación a esta participante: estudió un posgrado con enfoque sistémico, ha tomado dos procesos personales, uno en la perspectiva psicoanalítica y otro en la perspectiva sistémica. Cuenta con 5 años en ejercicio profesional. Estos datos se obtuvieron una vez terminada la entrevista fenomenológica.

Diagrama de categorías y subcategorías.



1.-Organizador sobre la vivencia del proceso personal de psicoterapia: de un requisito a un deseo personal.



A continuación se presentan algunas viñetas sobre los significados vividos en la primera categoría, de la colaboradora B.

A su primer proceso asistió por solicitud externa cuando cursaba la licenciatura:

- *El primero si era así como, nos dijeron en la carrera que teníamos que, ahí si era obligatorio, pues sí desde el primer momento causaba cierta ansiedad, porque los que estábamos en esas creo que primeras clases y sí me terminó encantando, trabajé un año en ese proceso.*

Lo solicitaban como obligatorio a mediados de la carrera cuándo se revisaba la signatura de entrevista, sin embargo no se corroboraba su cumplimiento:

- *Yo creo que cuando estábamos en entrevista, nos lo pidieron, pero nunca nos revisaron ni nada, casi era de, es obligatorio pero está sobre su conciencia, ustedes saben si van o no van, y a mí si se me hacía importante también estar en ese otro lugar para entender de qué se trataba la carrera.*

Comenta que al principio le causó cierta ansiedad comenzar a platicar sobre su vida al mismo tiempo que aprendía de qué se trataba la carrera, sin embargo cuando pudo encontrar a la persona con la que se sintió en plena confianza, encontró mucho crecimiento:

- *Pues primero como te digo me causó cierta ansiedad, porque también estábamos aprendiendo de qué se trataba la carrera, entonces me causaba cierta ansiedad y decía cómo voy a llegar y platicarle eso o toda tu vida, pues desde ahí era curioso, y ya desde que conocí a la persona que tenía adelante, no ya, era muy padre, mucho crecimiento.*

Identifica como enriquecedor vivir el lugar del consultante:

- *Pues ha sido muy rico, muy enriquecedor, porque también es ponerse del otro lado, es tener la vivencia también del otro lado.*

Durante la maestría el proceso personal no fue solicitado como requisito, por lo que durante ésta no llevó un proceso personal, únicamente supervisión de casos con horas contadas:

- *No, no lo pedían, lo único que pedían era supervisión de casos, y eran horas contadas.*

Una vez terminada la maestría y por necesidad personal lo retomó:

- *Ya después, por la necesidad.*

Señala que el propio proceso, es responsabilidad de cada persona, pese a que en la institución lo soliciten o no, sin embargo considera que hubiera sido oportuno pedirlo a quienes no habían tomado conciencia de su importancia:

- *Ya también pasaron muchos años desde que salí, pasaron ya cinco años, entonces ahorita que lo platicamos, pues claro que yo siento que alguien, bueno que no haya requisito por parte de la institución, pues no sé, que tan bueno o que malo, pueda ser, porque también ya sería responsabilidad de cada uno de nosotros, el tomarlo como algo necesario.*
- *Yo creo que sí, los mismos maestros sí se dan cuenta. A lo mejor hubiera ayudado pedirlo a los que no habían hecho conciencia de esto, de la necesidad de, si no lo hicieron a lo mejor en la universidad, mientras estaban estudiando la carrera; era una buena oportunidad para que tuvieran esta experiencia.*

Siente que los sustentos recibidos en este eje de la formación, integrados en su práctica profesional, la hacen sentir tranquila por hacer su trabajo lo mejor que puede,

empero, sabe que continúa esa responsabilidad y señala que próximamente asistirá a otro proceso, pero ya sin miedo de abrirse como al principio:

- *Pues bien, me siento tranquila, siento que mi trabajo lo hago lo mejor que puedo, pero también sé que sigue esa responsabilidad, siento que en algún otro momento, yo creo que próximamente, asistiré a otro proceso, pero yo creo que ya no da miedo, y que es algo muy importante.*

Comparte que para poder “prestarte al otro”, necesitas tener la vivencia del proceso psicoterapéutico:

- *A: Pues yo creo que hasta para ayudar al otro, tuviste tú que haber entendido algo, tuviste tú que razonarlo y hacerlo parte de ti, como para poder ponerle palabras a lo que el otro está sintiendo, sí es prestarte para que el otro te entienda, pero tú tuviste que estar en ese lugar.*

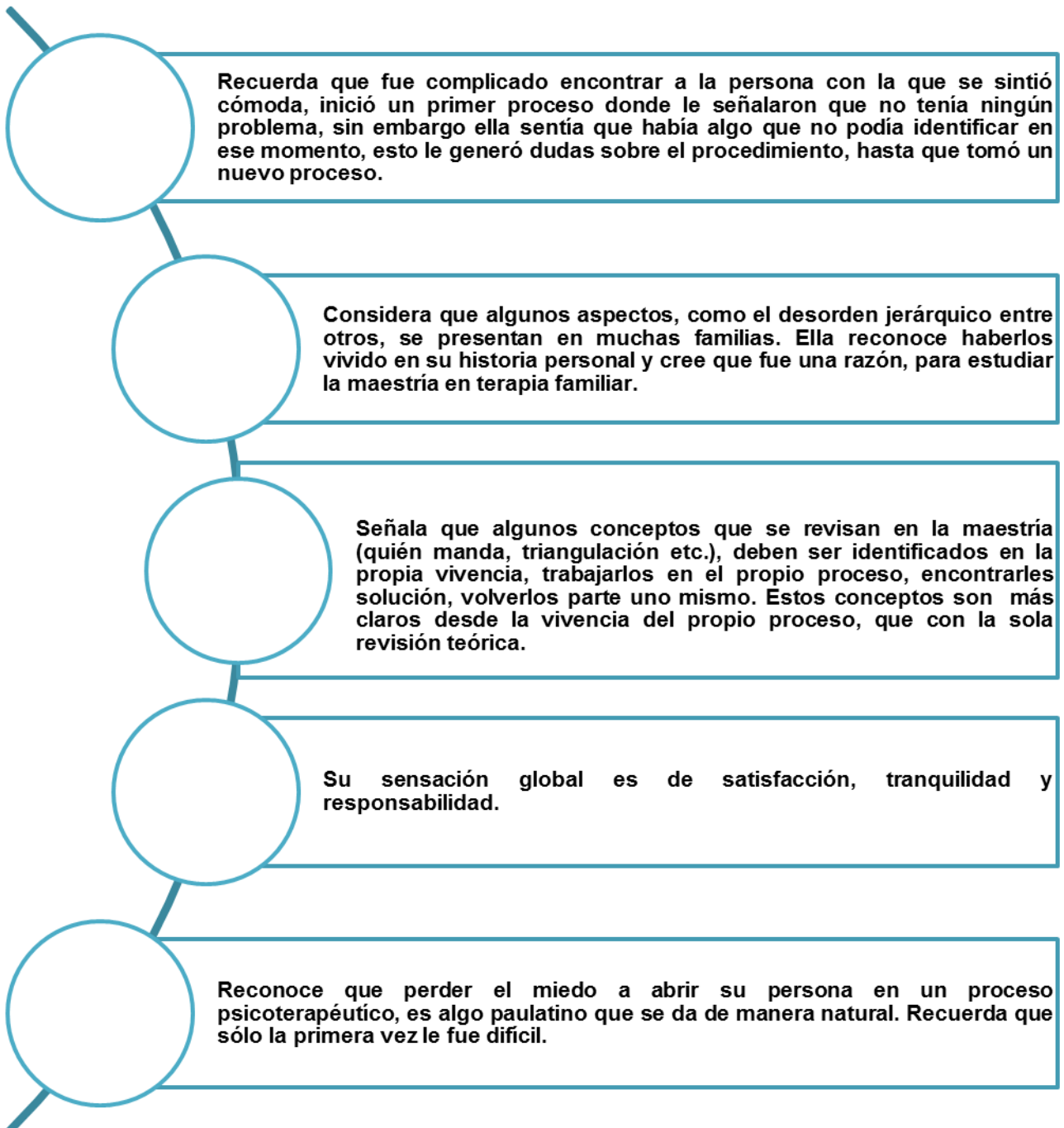
E: ¿Me dices que es importante estar en el lugar del otro y poder sentir y vivir, tus propias cosas?

A: Claro, claro porque si no, no sería tan fácil el poder estar en ese lugar ayudando al que está enfrente, primero necesitaste tener tu vivencia y hacerlo parte de ti, para poder prestarte al otro.

Describe sentirse responsable porque tomó el proceso personal por decisión propia, con la conciencia de que era una parte importante, un bien para ella y para los consultantes que atiende. Además satisfecha por cumplir con lo que debía:

- *Responsable por lo mismo que decías hace ratito, que nadie tenía que estar detrás de mí para yo saber que era parte importante, responsable por eso, responsable por la gente que ha acudido conmigo, porque yo sé que es bien para mí y bien para los otros, satisfecha porque siento que he hecho lo que he tenido que hacer, me he sentido llenita de todo eso.*

3.- Organizador sobre la vivencia del psicoterapeuta como consultante.



En cuanto a la segunda categoría, sobre su vivencia como consultante, recuerda que fue complicado encontrar a la persona con la que se sintió cómoda, decidió terminar un proceso inicial que le generó dudas sobre el procedimiento:

- *Sí, y es que fue complicado, porque para encontrar esa persona con la que me acomodé porque antes ya había estado con alguien más, bueno busqué, y no, me decía, es que no tienes ningún problema, es que no tienes ningún problema, estás muy bien. Y yo decía es que no, si siento que hay algo, yo no identificaba que podía ser y ya cuando llegué con esta otra personita no pues sí, identifiqué como ciertas cositas, pero fue algo muy padre.*

Considera que algunos aspectos como el desorden jerárquico entre otros, se presentan en la mayoría de las familias. Reconoce en su historia personal estos aspectos y cree que son una razón por la que estudió la maestría en terapia familiar:

- *Pues si te pongo un ejemplo, puede ser hasta lo que pasa en muchas familias, yo creo que también fue la razón por la que estudié la maestría en terapia familiar, eso del desorden jerárquico, que a lo mejor lo viví yo, en mi casa, de ya sabes, quién manda y que triangulas y demás, cuando te lo hacen ver, bueno estás en la escuela sabes que hay algo, lo lees, te hacen ver y empiezas a trabajar en eso para poder solucionarlo y ya después lo vuelves parte de ti y cuando estás enfrente del otro es mucho más fácil alcanzar a ver qué es lo que está pasando con el otro y poder ayudarle, para ponerle palabras y que, ya te sabes más o menos el caminito y como guiar a esa persona para que también identifique y pueda hacer algo al respecto.*

Su sensación global es de satisfacción, tranquilidad y responsabilidad:

- *Satisfecha, tranquila, responsable.*

Reconoce que fue perdiendo el miedo de abrir su persona en el proceso psicoterapéutico de manera paulatina, de manera natural:

- *Yo creo que es algo natural, algo que va siendo natural, yo creo que sí, no lo he sentido, como de ah, la próxima vez ya me va a dar menos miedo, es algo natural, yo creo que la primera vez fue la que me costó trabajo, ya después ya no.*

3.- Organizador sobre la vivencia del psicoterapeuta en su ejercicio profesional.



El proceso personal de psicoterapia como recurso para el ejercicio profesional

- Señala que la vivencia de un proceso psicoterapéutico personal, en relación con el ejercicio profesional, no es fácil de explicar, es algo que se siente.
- Posibilita cuidar al consultante a través del propio proceso, evitando fallas que se producirían, si no se revisan los propios asuntos que pueden ser proyectados.
- Señala que para entablar una relación de ayuda, es necesario tener la vivencia del consultante, pues al hacer parte de ti el propio proceso, permite su aplicación con mayor habilidad y claridad.
- Explica que prestarte al otro, es prestar tu parte cognitiva, sentimientos y emociones, para entender y ayudar al consultante a ponerle palabras a lo que le pasa, y pueda encontrar sus propios significados. Para ello es necesaria la vivencia.
- Facilita el saber cómo acercarse al otro y cómo manejar ciertos aspectos.
- Permite entender tu lugar y el del otro. Le da confianza al consultante.
- Proporciona confianza en la propia profesión.
- Permite mostrarle al consultante que es un trabajo en conjunto. Se aprende a ceder el poder del terapeuta.
- Te da armas: sensibilidad para hablarle al consultante, permite entender que los conceptos no están muertos, que se pueden hacer vida al volverlos experiencia. Los conceptos muertos son palabras, letras, que sólo están en los libros, si no se tiene la vivencia personal.

La tercera categoría, hace referencia a la vivencia del psicoterapeuta en su ejercicio profesional, específicamente a los recursos que brinda el proceso personal, tales como herramientas, aprendizajes y beneficios.

Se percata que la vivencia de un proceso psicoterapéutico personal en relación al ejercicio profesional, no es fácil de explicar, es algo que se siente. Reconoce que es necesaria la vivencia personal para que su aplicación en el ejercicio profesional sea con mayor habilidad y claridad:

- *Pues, es que no sé cómo explicártelo, es algo no sé, es algo que se siente, es algo que puedo sentir.*
- *Pues yo creo que realmente cuando tú tienes estas vivencias y cuando tú ya, si estuviste del otro lado y lo hiciste parte de ti ese proceso, es cuando puedes aplicarlo mucho mejor delante del otro o de una manera más clara.*

Señala que el propio proceso, permite cuidar al otro, evitando fallas que se producirían si se proyectan asuntos personales:

- *A: Sí, es cuidar al otro.*

E: ¿En qué sentido tú lo cuidas al asistir a un proceso terapéutico personal?

A: Pues es el evitar hacer, no sé, algo malo por no revisar mis propias cosas, lo mío, que a lo mejor no está tan correcto, no sé y ponerlo en el otro, eso hace también una diferencia enorme, entonces es cuidar a otro a través de mi propio proceso.

- *Por ejemplo si a lo mejor hay algo en mi vida que no lo estoy llevando como tiene que ser y tengo alguna frustración y demás, y llega alguien y no he revisado esta parte,*

puedo a lo mejor cometer alguna tontería y se la puedo no sé, proyectar en el otro, se lo puedo poner a él cuando realmente es mío.

Refiere que con la vivencia del propio proceso personal se cuida al consultante y se le brinda confianza. Identifica además, que facilita el acercamiento, manejar ciertos aspectos, entender tu lugar y el del otro; y señala las “armas” que considera le provee el proceso:

- *A: Yo creo que también te facilita el cómo acercarte al otro, cómo manejar ciertas cosas con la gente, no sé, yo creo que te vuelve o te da una cierta sensibilidad diferente a si nunca has pasado por un proceso de ese tipo, te da muchas armas*

E: Me podrías ampliar esto de que te sensibiliza.

A: Pues yo creo que te sensibiliza desde el momento en que la persona se pone en contacto de ir contigo, y desde el momento que hay un acercamiento o desde el primer momento que tú ves al otro, yo creo que si no has asistido a un proceso, o nunca has tenido un proceso de ese tipo, no es esa cercanía, o poder hacer sentir al otro que va a ser algo bueno o ese acompañamiento, no sé, tengo la sensación de que puede haber una barrera.

E: ¿Dices que facilita, por qué facilita, en qué sentido?

A: Porque es más fácil entender dónde está el otro y dónde estás tú.

E: Me decías que te da armas ¿qué tipo de armas te ha dado a ti, asistir a un proceso, cuando estás ahí en interacción con el consultante?

A: Pues es lo mismo, el tener esa sensibilidad, el poder hablarle de otra manera a si no has asistido a un proceso y poder hacer parte de ti algunos conceptos que a lo mejor los tenías en el libro, pero ya viviéndolo, se transforma completamente, ya es parte de ti, y eso facilita el a lo mejor poder ponerle palabras para ayudar al otro.

Señala que a través de la propia experiencia del proceso personal, se logra confianza en la profesión. Además de mostrarle al consultante que es un trabajo en conjunto y aprender a ceder el poder del psicoterapeuta:

- *A: Exactamente, entre eso también la otra parte de saber qué es lo que estás haciendo*

E: ¿Saber lo que estás haciendo?

A: Saber lo que estás haciendo porque tú ya estuviste enfrente de alguien que estuvo contigo, que te acompañó en un proceso y si tuviste resultados, entonces sabes que sí es posible, yo creo que es hasta el tener confianza en tu propia carrera, cómo vas a tener confianza si nunca lo viviste tú, o si nunca estuviste del otro lado.

E: Entonces esa confianza, tú crees que se afianzó en ti cuando viviste que de ese otro lado había diferencia, había respuestas, que había algo diferente

A: Aja

E: ¿Esta confianza cómo la adquieres, cuándo te vas dando cuenta de que tu carrera era confiable?

A: Pues con el paso de las sesiones, yo creo que no pasó mucho tiempo, ha de ver pasado un mes, y ahí también me di cuenta de que no nada más era parte de la persona que me estaba atendiendo, sino también parte mía, de yo que tanto le estaba poniendo ganas a de verdad salir de eso, yo creo que eso tiene que ver tanto del otro como terapeuta o como conmigo misma, es el buscar, o darle a entender a la persona que también depende, o que es un trabajo en equipo, es un trabajo conjunto, y yo creo que eso también me dio confianza, de saber que no era algo que dependía nada más de mí y yo creo que esa es también parte de quitar el poder.

E: No depende sólo de ti, tampoco del terapeuta, y hablabas de quitar el poder.

A: Aja, o que ya no es poder en una sola persona, o que tú como eres el terapeuta tienes que ver como resulte esto, no, sino que ya es algo en conjunto.

- *A: Si, si, si y si me ha dado resultado, porque ya la responsabilidad se le entrega al otro, entonces ya dependiendo de lo que quiera el otro, para donde se quiere mover.*

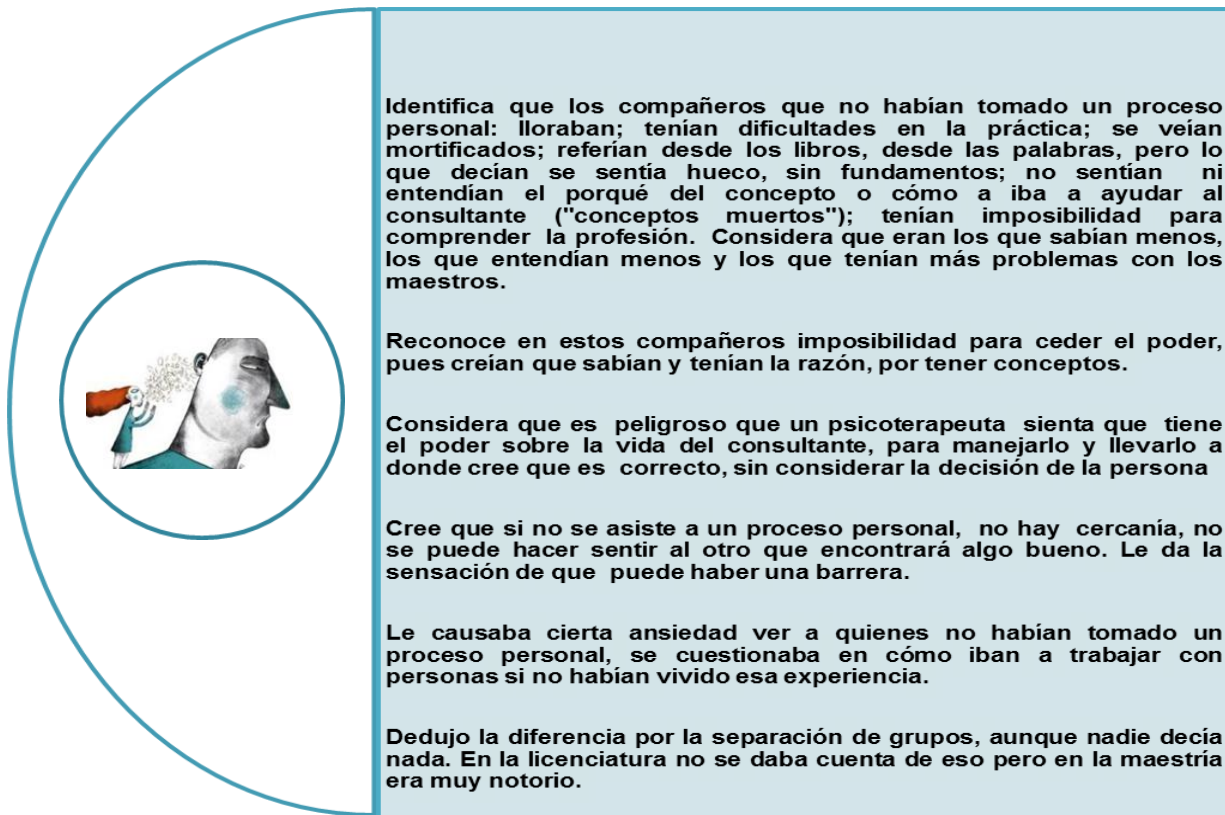
Se da cuenta que el propio proceso personal permite entender que los conceptos no están muertos, se pueden hacer vida al volverlos experiencia:

- *A: Que no son conceptos muertos, que son conceptos que podemos hacerlos vida.*

E: ¿Cómo serían estos conceptos hechos vida?

A: Volverlos experiencia.

4.- Organizador sobre la percepción de colegas que no asisten a un proceso personal de psicoterapia.



En la cuarta categoría, percepción sobre colegas que no asisten a un proceso personal de psicoterapia, se percata de la diferencia entre las personas que habían tomado un proceso personal y los que no, pues estos últimos, tenían dificultades en la práctica, “lloraban” porque no entendían de qué se les hablaba:

- *Se veía la diferencia, eso sí te puedo decir, que sí se veía la diferencia, de las personas con las que yo convivía y que habíamos ido a un proceso, se notaba mucho la diferencia, porque, las que no habían asistido nunca, hasta lloraban porque no entendían de qué se les hablaba, y como ya era mucho más práctico, ya como que se les dificultaba un poco.*

Señala que la diferencia la hacía la vivencia, pues los compañeros que percibía no habían tomado un proceso, referían sólo desde los libros, sólo con palabras, se sentía algo hueco:

- *La vivencia, pues creo que parte de esto, de lo que tú decías hace rato de la transformación, porque estoy convencida después de todo lo que hemos estado platicando, de la importancia de poder transformar todo lo teórico en algo tuyo, para que de verdad el otro te lo pueda entender y lo pueda hacer parte de y entonces si veía yo que estas personitas, no entendían esa parte, sabían por el libro, tenían que decir algo, pero yo creo que desde las palabras, había algo que se sentía hueco*

Ver a estos compañeros le causaba cierta ansiedad, pues los percibía sin poder comprender el porqué de los conceptos o cómo estos se aplicaban en la práctica:

- *A mí me causaba cierta angustia, también cuando yo los veía, porque yo decía, cómo van a trabajar con la gente, si ni siquiera han vivido esta parte y sí, yo siempre supe que era muy importante y sí, a lo mejor en esa parte pude haber ido a terapia pero no lo hice en ese momento, pero, veía que esas personas que no habían ido, no entendían realmente de que se trataba*
- *Muy angustiados, muy angustiados porque no entendían de qué, entendían a lo mejor en palabras, pero no entendían eso que hace falta, a lo mejor ese sentir el porqué del concepto, o de dónde salió ese concepto o cómo iba ayudar ese concepto, hacía falta algo ahí, no nada más como palabra hueca.*
- *Se sentía, si se sentía, los que, a lo mejor puede sonar feo, pero puede ser hasta, podía sonar hasta que eran los que sabían menos o los que entendían menos y los que tenían a lo mejor más problemas con los maestros.*
- *Aja, exactamente, que son cosas, hijole que yo creo son cosas completamente necesarias de haberlas vivido, si no, no se entendían.*
- *Como palabras, palabras sin fundamento, o a lo mejor sin un fundamento.*

Cree que además de la parte teórica hace falta la vivencia, para no depender del poder ilusorio del saber, pues considera es un aspecto que el consultante puede percibir:

- *El vivirlo, el poder estar del otro lado y a lo mejor el poder vencer también ese miedo, porque no sé si de repente, pudiéramos sentirnos con ese poder, de yo sé que es lo que pasa, pero, si no estamos del otro lado, no sabemos cómo se siente el que está del otro lado*
- *Sí, claro, y ellos sentían que eran todo poderosos, y demás, pero ya en el momento de la práctica, cuando estábamos juntos, no, se sentía diferente, diferente que hay algo que falta.*
- *A: Claro, si, si, sí, mucho más por la parte que te digo, yo veía a lo mejor algo de poder, como en yo tengo la razón, yo lo sé, pero sé todo de los libros, entonces es algo peligroso, a mí se me hace que es algo peligroso y tú me preguntabas ahorita que cómo me siento con todo esto que estamos platicando y bueno, yo siento que tener esa capacidad para soltar un poquito, algo de ese poder y poder abrirme al otro, es que también es parte de los conceptos de la maestría*

E: ¿Cómo?

A: Por ejemplo esa parte de la persona que asiste, que esa persona es la experta en su vida y ahí es donde dejas completamente el poder, entonces siento que estos otros compañeros míos, no tenían esta apertura de soltarle el poder al otro

E: Y dices que es peligroso ¿en qué ves que puede ser peligroso?

A: Pues en eso, en el sentir que yo tengo el poder sobre la vida del otro, y que yo lo voy a manejar y yo lo voy a llevar por donde yo creo que es lo correcto y si no estamos en un proceso y si no estamos revisando todas esas cosas, donde no es lo más conveniente para el otro, pues a dónde lo voy a llevar

- *Pues yo creo que, hídole, en las relaciones de poder, lineal y vertical y demás, yo creo que dependen mucho de la persona que esté como terapeuta, porque si es una persona*

que como te digo, no ha revisado sus propias cosas y está en la posición superior, a dónde va a llevar al otro, ahí es donde puede estar el peligro, yo creo que todo depende del resultado final, de hacia dónde se está guiando al otro.

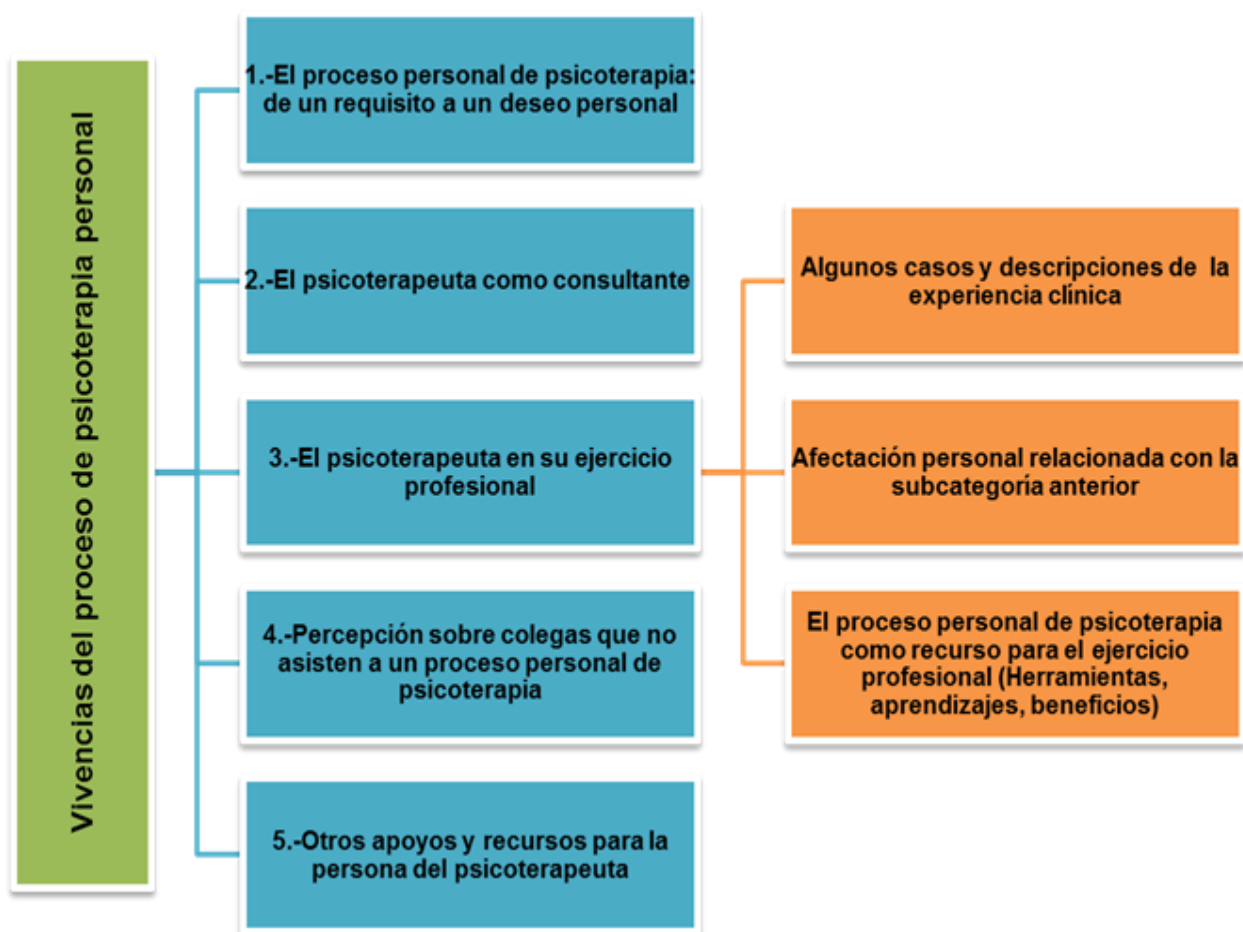
- *Pues yo creo que me quedé pensando mucho en esa diferencia, la diferencia entre quien sí ha tomado un proceso y quien no, y que si se siente, es algo extraño también cuando estás en el mismo lugar, si estás conviviendo con alguien que se supone que trabaja en algo parecido a lo que tú trabajas y como se siente, el que sólo tiene, otra vez volvemos a lo mismo, esos conceptos muertos.*
- *¿Cómo lo plantearía? pues que yo creo que ni siquiera puede ser comparado alguien que de verdad nunca ha estado en un proceso a alguien que sí, sí es, la vivencia si facilita mucho el trabajo, yo creo que le da confianza hasta a la otra persona, si son cosas que siente el otro.*

5.3.- Principales resultados de la vivencia del propio proceso de psicoterapia.

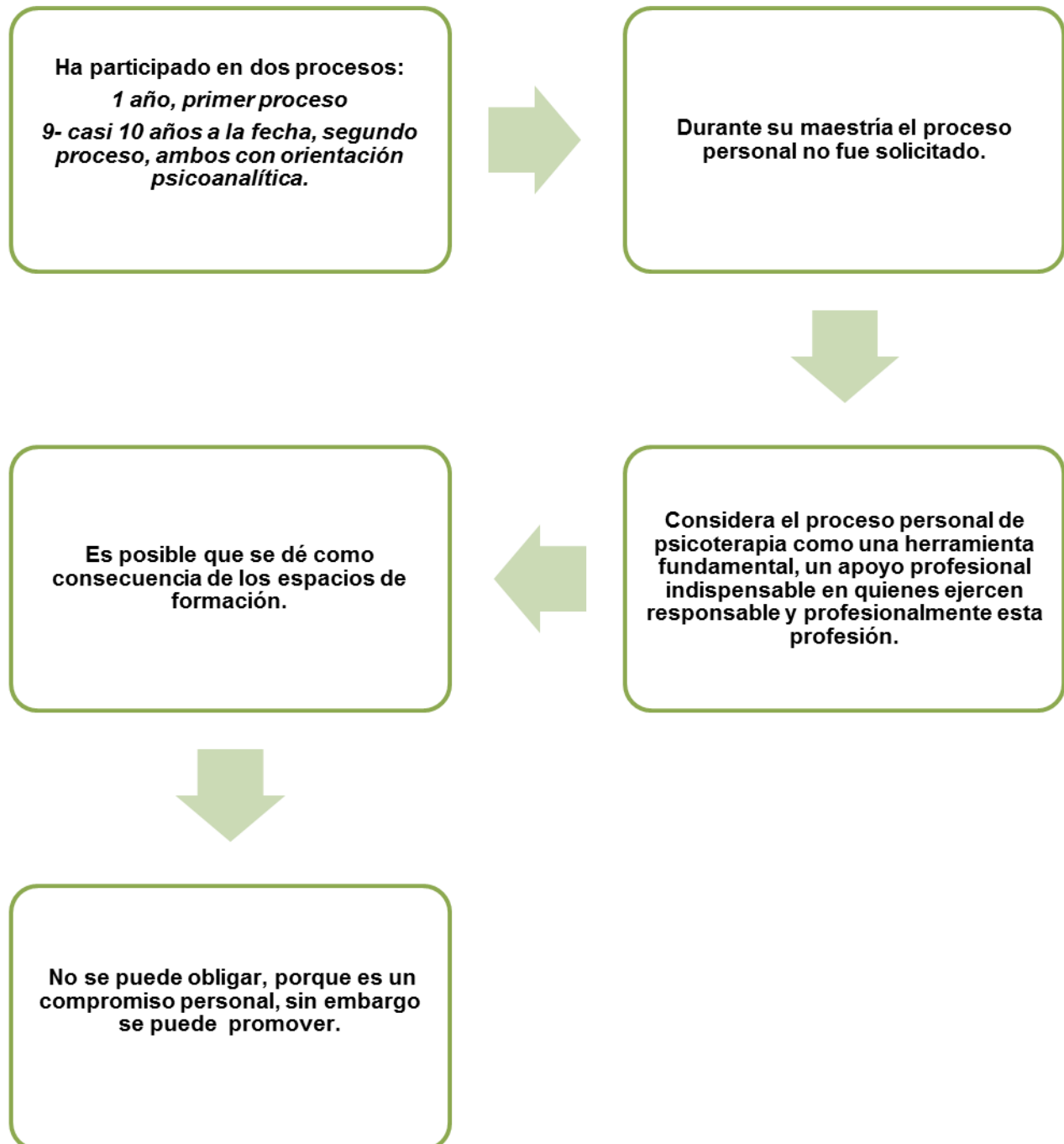
Colaboradora C.

Menciono algunas precisiones en relación a esta participante: estudió un posgrado con enfoque psicoanalítico, ha tomado dos procesos personales, ambos en la perspectiva psicoanalítica. Cuenta con 10 años en ejercicio profesional. Estos datos se obtuvieron una vez terminada la entrevista fenomenológica.

Diagrama de categorías y subcategorías.



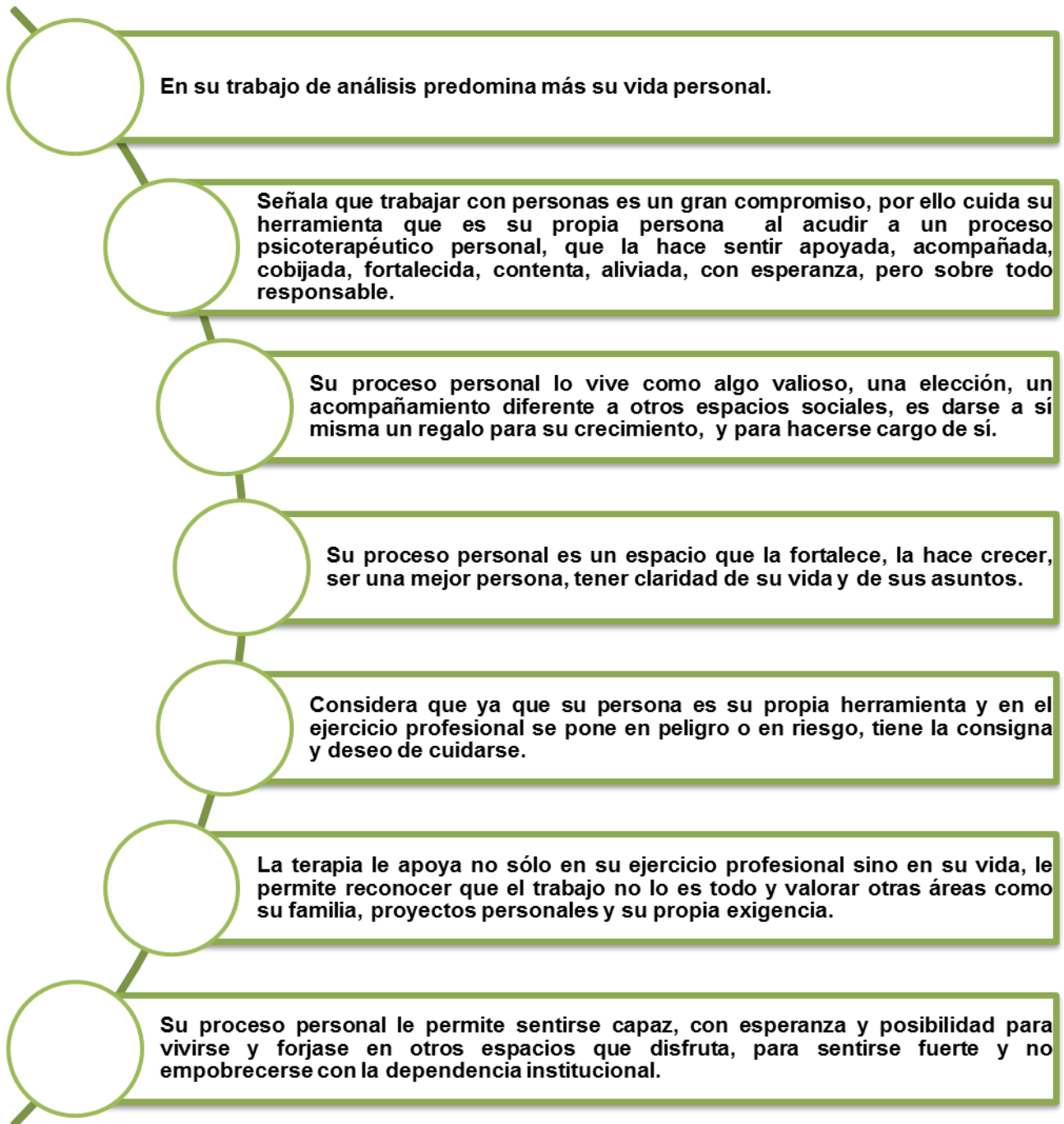
1.-Organizador sobre la vivencia del proceso personal de psicoterapia: de un requisito a un deseo personal.



En esta primera categoría, se presenta una viñeta en la que la colaboradora, considera el proceso personal, como una herramienta fundamental y un apoyo en quienes ejercen responsable y profesionalmente la psicoterapia. Señala que no se puede obligar porque es un compromiso personal que se puede dar como consecuencia de los espacios de formación, sin embargo refiere que se puede promover:

- *Creo que es una herramienta fundamental, es un apoyo, que todos como psicólogos o quién se dedica a la psicoterapia tenemos como obligación que tener, y que si bien no se puede obligar porque es un compromiso personal, si pues no sé, promover o no sé, eso se da por consecuencia de los espacios de formación, pero, sí, es una herramienta fundamental, y tiene que ser un apoyo profesional que no debe faltar en quienes ejercemos responsablemente y profesionalmente la psicoterapia.*

2.- Organizador sobre la vivencia del psicoterapeuta como consultante.



En la categoría el psicoterapeuta como consultante, manifiesta que predomina más en su análisis, su vida personal. Advierte que el trabajo con personas es un gran compromiso y por ello se debe cuidar la propia persona como herramienta de trabajo, a través del proceso personal, al respecto describe lo siguiente:

- *Pues yo creo que ha sido una herramienta fundamental para poder soportar el trabajo profesional con otras personas, que si bien lo que yo me he percatado más, que predomina en mi trabajo de análisis cuestiones personales.*
- *Es un compromiso muy grande trabajar con personas, y si yo cuido de mi herramienta, me siento responsable, apoyada, acompañada, cobijada, con esperanza porque no nada más lo laboral es, pues las otras áreas, fortalecida, pero sobre todo responsable, pero contenta, si estoy pensando que responsable, pero, aliviada, como, porque, a parte el ser psicóloga es como, ya cuando estás con el paciente eres tú, es tú responsabilidad, tu compromiso, puedes estar acompañada de la teoría, de lo académico, del supervisor, etc., pero a la hora de la hora, tu intervención, es tu responsabilidad, entonces, pues sí, me hace sentir aliviada, contenta.*

Considera que su trabajo es darse a los demás, y asistir a su propio análisis es darse algo para sí misma, obsequiarse algo para su crecimiento:

- *Lo vivo, como si mi trabajo es dar a los demás, o propiciar un espacio cuando se trata del otro. Es darme a mí misma ese espacio para mí, donde mi rol es escuchar y mi análisis, el elegir decir yo quiero estar en un espacio psicoterapéutico, es darme a mí algo, para mí es importante porque te tienes que hacer cargo de ti misma, entonces, si no te lo das tú, y aparte son totalmente diferentes a acá afuera a los sociales, es como darme a mí misma un regalo, obsequiarme a mí algo, para mi crecimiento, para mi acompañamiento, si es muy valioso.*

Lo ubica como un espacio que la fortalece y ayuda, a tener mayor claridad de su vida:

- *Pues desde fortalecerme, de crecer, porque la herramienta es nuestra persona, y pues así lo ubico, o sea, como fortalecerme, trabajar en mí, ser una mejor persona, pero me queda muy pobre ser una mejor persona ¿qué será Bety?, como tener claridad de mi vida, de mis asuntos.*

Señala que ya que su persona es su propio instrumento de trabajo y en su ejercicio profesional se puede poner en “riesgo”, tiene la consigna y el deseo de cuidarse. Le permite reconocer que el trabajo no lo es todo:

- *Con la consigna y deseo de estar cuidándome, de cuidar mi persona porque es mi herramienta para hacerlo y a parte porque también en estos procesos como es tu herramienta, te pones en riesgo, te pones en peligro, te pones en riesgo y pues me tengo que cuidar, porque el trabajo no es todo, también tengo otras áreas, como mi familia, como mis proyectos personales, mi propia exigencia conmigo misma, bueno otras áreas, entonces la terapia te apoya no sólo en tu ejercicio profesional, sino en tu vida, en tu persona.*

Reconoce en su espacio personal una posibilidad para desarrollarse en otros espacios que disfruta, para sentirse capaz, con fortaleza, con esperanza y no empobrecerse con la dependencia institucional:

- *Tan solo el sentirte capaz, deja de que las hagas, que se te ocurra y decir, ¡ay, si podría! ¿no?, el sentirte capaz y bueno yo he acompañado siempre el estar en la institución con otras actividades profesionales fuera, y eso también me ha ayudado a eso que estamos hablando, a vivirme y a hacerme en otros espacios que disfruto mucho, y también te digo, el análisis es a lo mejor como, ¡ay!, sí se puede, hay esperanza para hacer otras cosas, el sentirte capaz, el sentirte fuerte, el sentirse independiente, el no sentir esa dependencia a esa institución o a ese ambiente que si no estuviera, quedarías pobre, te empobrecerías.*

3.- Organizador sobre la vivencia del psicoterapeuta en su ejercicio profesional.

Algunos casos y descripciones de la experiencia clínica



- En general describe que en su trabajo institucional, se vive un ambiente de delitos y dolor humano.
- Área de delitos sexuales y violencia: casos desgarradores, con el dolor a flor de piel.
- Área de prevención del delito: casos de violencia que aún no llegan al delito.
- Área de menores donde: hay presencia del delito.
- Psicoterapia a nivel institucional: un caso de parricidio.
- Ambiente institucional de dobles mensajes, de relaciones complicadas, de confusión, que inevitablemente la alcanza.
- Ejemplo: brindarles atención psicológica a sus propios compañeros de trabajo.



Afectación personal relacionada con la subcategoría anterior

- Es consciente de que su trabajo le quita la esperanza y la fuerza.
- Casos que le procuran deterioro emocional.
- Trabajo operativo agotador.
- Tiene que lidiar con la frustración porque los menores dependen de una dinámica familiar y no pueden enfrentar la vida con las herramientas que puede tener un adulto.
- Le genera indignación y no está de acuerdo en brindarles orientación psicológica a sus propios compañeros de trabajo.

El proceso personal de psicoterapia como recurso para el ejercicio profesional



- Respecto a un caso que atendió de parricidio, lejos de quedarse en el horror y en lo desgarrador del suceso, la ayudó a voltear a ver con esperanza y reflexionar en que los jóvenes que ve a diario todavía no llegan a un delito tan grave. Reconoce entonces que su trabajo vale, su proceso le dio un empuje para saber que está haciendo algo para prevenir.
- Lo considera una herramienta fundamental para soportar el trabajo profesional con otras personas y para sobrellevar el ambiente institucional.
- Le permite estar menos contaminada al momento de trabajar con sus pacientes, un espacio para poder revisar algún caso que le cuestiona y seguir ejerciendo de manera adecuada.
- Considera que aun cuando no es supervisión, la orienta sobre el rumbo a seguir y luego lo conecta con aspectos personales.
- En casos semejantes a su historia personal, cree que si se tienen claros, elaborados o trabajados ciertos aspectos, podrá transmitir al consultante que es posible superarlos, si se trabajan.
- Considera que las personas que asisten, son responsables e inteligentes, están en otro peldaño que les permite ver que el apoyo de otro, ayuda a vivir mejor. Las cataloga con la capacidad de ejercer profesionalmente, y con mayores herramientas que las que no optaron por el propio proceso.
- Señala las herramientas que ha recibido de su proceso personal: poder ver, estar bien para ejercer el trabajo, objetividad en la medida de lo posible, profesionalismo, bienestar emocional, hacerse cargo de tu persona, obtener independencia en diversas áreas, y cercanía a la salud.

En la tercera categoría, es posible que las subcategorías se encuentren integradas en las viñetas que se presentarán a continuación, y en las que podemos observar que la participante, enfrenta experiencias clínicas con problemáticas muy graves, que tienen como consecuencia agotamiento, desesperanza, frustración, etc.

La colaboradora, ha trabajado en varias áreas: delitos sexuales y violencia, que le procuraban deterioro emocional por el tipo de casos “desgarradores”. Considera que en el área de prevención del delito los casos no presentaban el dolor humano a flor de piel, eran casos de violencia que no llegaban al delito aún, sin embargo era agotador el trabajo operativo. Ahora trabaja en el área de menores donde sí se presentan delitos y tiene que lidiar con la frustración porque los menores dependen de una dinámica familiar y no pueden enfrentar la vida con las herramientas que puede tener un adulto. Señala en particular un caso de parricidio:

- *Mira, en mi trabajo en la institución en la que estoy, creo yo que son dos retos a los que yo me enfrento, uno son los casos y el desgaste emocional que te procuran esos casos, Yo he estado en varias áreas, te comento un poco, al principio estuve, cuando entré a la institución, estuve yo en delitos sexuales y violencia, y eso te procura Bety un desgaste emocional tremendo..., eso es un reto los casos, luego estuve en otras áreas, prevención del delito, que es otro tipo de casos pero no estás con el dolor humano a flor de piel, porque era prevención, era muy desgastante y también daba, bueno todo el tiempo he dado terapia, pero eran, sí eran casos de violencia, pero no llegaba al delito grave todavía, era el área de prevención, y ahorita estoy en el área de menores donde también los casos, sí, si están en los delitos los menores, sí, está el delito, y es muy frustrante, tengo que lidiar mucho con la frustración, quizás el comparativo entre dictámenes y prevención, era, bueno en dictámenes era como el dolor humano así desgarrador, después en prevención el cansancio como de lo operativo y a lo mejor el área de terapia era lo padre del área, este y de prevención, y ahora frustración ... mi constante de mi trabajo y de mi mente es estar pensando, pues en esos casos*

frustrantes, porque trabajar con menores es frustrante porque dependen de una dinámica familiar porque son menores, no pueden a lo mejor salir a la vida con otras herramientas que un adulto si lo puede hacer, a eso me refiero que es frustrante y voltear a las cosas bonitas de la vida y sí, por ejemplo tuve un caso de parricidio.

Describe su ambiente de trabajo rodeado de delitos y dolor humano, que le quita la esperanza y fuerza, aunado a los dobles mensajes de la institución en la que labora, que van de situaciones cotidianas, hasta algunas de fondo. Por ejemplo, una en la que está en desacuerdo y que le genera indignación: brindarles orientación psicológica a sus propios compañeros de trabajo, con quienes convive todos los días y a quienes conoce:

- *Estás todo el tiempo, viviendo y, trabajando y rodeada de un ambiente de delitos y de dolor humano, así yo lo describo, es lo que me alcanza más, de dolor humano.*
- *Yo creo que se vive en todas las instituciones ¿no?, desde, cuestiones cotidianas, hasta muy, muy de fondo, mmm, desde instrucciones, desde por ejemplo ahora, que es algo que no estoy de acuerdo, pero, bueno que me procura indignidad etc., de brindarles nosotros orientación psicológica a nuestros propios compañeros, con los que yo trabajo, con los que fungen en ocasiones de mis jefes, por decirlo de alguna manera porque, si el ministerio público me solicita a mí, cuestiones de orientación a los chavos, pues es mi jefe, me está, claro ¿no? y me ponen a brindarle orientación psicológica a mi compañero que veo todos los días y que le digo hola, buenos días y que sabe de mi vida y que yo sé de su vida, no se puede, cómo.*

La tercer subcategoría, hace referencia al proceso personal de psicoterapia como recurso para el ejercicio profesional, en la que podemos encontrar herramientas, aprendizajes y beneficios.

Describe que en el caso que atendió de parricidio, lejos de quedarse en el “horror, en lo desgarrador”, la terapia le permitió voltear a ver con esperanza y reconocer que su trabajo vale para prevenir:

- *A eso me refiero que es frustrante y voltear a las cosas bonitas de la vida y sí, por ejemplo tuve un caso de parricidio y lejos de decir yo, ¡ay qué horror!, peor todavía, fue para mí esperanzador, dije, los muchachos que veo a diario todavía no llegan a cometer un delito tan grave, entonces mi trabajo vale para no llegar a este punto, ¿no? Pero ve lo paradójico, pero eso lo veo en terapia, ve lo paradójico, algo tan grave, lejos de desgarrarme de decir ¡ay!, al contrario para mí fue un empuje de decir ¡ay estoy haciendo algo! para no llegar a eso, tan, tan, tan, tan grave, y mi espacio es propicio para prevenir precisamente y hacer, mandar al psiquiatra, con medidas preventivas de estar yo al pendiente, no soltar al chamaco, ve tú a saber que estás previniendo.*

Se percata que el análisis personal posibilita en gran medida el desarrollo en otras áreas, por ejemplo, el estudiar una maestría. Señala que es cuestión de economía al repartir su energía, lo que le procura bienestar y salud:

- *Sí, que el análisis y otras cosas, pero que esas otras cosas, quizá en gran medida son posibilitadas por el análisis, porque ahorita recuerdo que veíamos lo importante, cuando estaba yo trabajando, porque, y te digo que te embotas en tu trabajo, y en terapia decía, bueno podría ser que estudiar una maestría, podría ayudar, y yo no sabía por qué decía eso ¿no? yo decía, si pues la voy a estudiar, haber cuando, oye ya están las inscripciones, por si, ve el programa ¿no?, ya cuando la estudio, me doy cuenta de que por supuesto es cuestión de economía, de repartir tu energía y que eso te va a procurar bienestar, salud, y que esas otras áreas, te las posibilita en gran medida el análisis.*

Reconoce que el proceso personal ayuda a “descontaminarte” cada vez que te “contaminas” en el vaivén de la vida, porque a pesar de que cognitivamente puedas

identificar ciertos tópicos, en la vida cotidiana no se ven sin el apoyo profesional; como la esperanza y fortaleza que le son significativas:

- *En gran medida, porque en lo cotidiano no las ves, si o sea, no las puedes ver, a eso me refiero en que el análisis te ayuda para descontaminarte o no contaminarte, o descontaminarte un ratito y volverte a contaminar, y volver, es un vaivén ¿no? como la vida pues, porque no las alcanzas a ver, de verdad que no las alcanzas a ver, requieres ese apoyo profesional para poder darte cuenta de otras cosas, como esa esperanza que te digo que es lo que a mí me ha ayudado mucho, este, porque no lo alcanzas a ver, aunque a lo mejor cognitivamente digas, este tópico ¿no?, pero no lo alcanzas a ver.*
- *Y el que te fortalezcas, deja de lo de, bueno esto que te estoy diciendo, pero el que te fortalezca, yo estoy pensando ahorita que estás hablando, de cómo salgo cuando voy a mi espacio, y salgo de muy buen humor, apago el radio y comienzo a pensar, como a asimilar lo que trabajé ese día y demás y me voy con esperanza, y es que mi trabajo me quita la esperanza, estoy muy desesperanzada, entonces una sensación positiva de cuando salgo de mi análisis, del espacio Bety, es que salgo con esperanza, o sea, me siento más fuerte, o fuerte porque hay veces que no me siento así, y me siento con esperanza.*

Reconoce que hay casos semejantes a su historia personal y siente que si no se tienen claros, elaborados o trabajados, se sufrirá el proceso o no se tendrá la posibilidad de ayudar al consultante. Advierte que en esta profesión la buena voluntad no es suficiente, requiere estar acompañada de la formación académica:

- *Mmm hum, mmm, pues mira, a lo mejor hay casos que se asemejan a tu vida personal, entonces si no los tuvieras claros, trabajados, elaborados no sé, y no superados, no palomita, sino, si no estuvieras trabajando sobre ese asunto sufrirías, quizá, o no tuvieras a lo mejor que decirle al otro, ¿no?, pues así lo siento, así lo relaciono, no sé, como cuestiones familiares, o bueno más bien de mi historia de vida que no me generan conflicto y quizá al otro, a los pacientes les generan, les pudiera generar conflicto, decir bueno si yo lo logré, si yo lo he vivido de alguna manera sin conflicto vamos, sin*

malestar, tú también puedes hacerlo ¿no?, este pues trabajándolo a lo mejor en cuestiones personales, atendiéndolas, admitiéndolas, para no, si, no encuentro otra palabra, para no contaminar tu trabajo, que no inflencie tus cuestiones personales, ser lo más objetiva posible, lo más profesional posible y bueno siempre acompañada de lo teórico, porque la buena voluntad aquí no sirve de mucho pues, si es ejercicio terapéutico no sirve de mucho pues, bueno, sí servirá de algo, pero siempre acompañado de lo teórico, de también la parte académica.

Le procura el estar bien para sus consultantes y lo ha empleado en muchas ocasiones para revisar situaciones laborales: el ambiente de trabajo o algún caso. Considera que aun cuando no es supervisión, la orienta sobre el rumbo a seguir y luego lo conecta con aspectos personales. Lo considera importante, un empuje cuando las cosas son difíciles, un apoyo grande para pensar en que es posible superar, soportar o trabajar ciertas situaciones:

- *Me procura bienestar para estar bien para mis pacientes ¿no?, para mi trabajo, que en menor medida estar en análisis lo he empleado para cuestiones laborales, sí alguna vez, varias, muchas ocasiones, el ambiente de trabajo, algún caso que te brinca, inclusive si no es precisamente supervisión, si te orienta de ah pues voy a hacer esto, voy a ir por acá y luego lo conectas con algo personal ... pero sí muy importante, un empuje cuando a veces las cosas están difíciles, ¿no? es un apoyo muy grande de sí es posible, no es algo que yo no pueda superar, soportar, trabajar. Pero bueno ha sido algo muy importante, muy, muy importante.*

Considera que las personas que asisten a un proceso de psicoterapia personal, son responsables e inteligentes, piensa que tal vez, está relacionado con la formación académica que amplía el panorama, permite crear, construir, inventar y crecer. Refiere que están en otro peldaño que les permite ver que el apoyo de otro, ayuda a vivir

mejor. Las cataloga con la capacidad de ejercer con mayores herramientas que las que no optaron por el propio proceso. No se refiere sólo a psicólogos, sino a trabajadoras sociales, ministerio público y policías ministeriales, pues señala que sería excelente, que acudieran a un espacio profesional, adecuado y de calidad, sin importar el enfoque:

- *Que son personas responsables, inteligentes...por ejemplo, no nada más hablo de psicólogas, sino también de otras compañeras, trabajadoras sociales sobre todo, igual ministerios públicos, no se diga policías ministeriales, estaría padrísimo que fueran, este, pues va de la mano que no existe la cultura, que no existe, y no digo que vayan a lo mejor a una orientación que a mí me late, a cualquiera, o sea un espacio profesional adecuado, de calidad y bueno, el que quieran, no hay como ese espacio, tendrá que ver también con la estructura de personalidad creo yo, porque pues si influye, pero sí, de las personas que si van, creo yo que están como en otro peldaño donde alcanzan a ver, que la ayuda, el apoyo profesional de otro nos va ayudar para vivir mejor y las catalogo como personas responsables, inteligentes, eh, y con la capacidad de a lo mejor dar un trabajo o ejercer profesionalmente con mayores herramientas, con más herramientas que las personas que no lo hacen y hablo parejo no nada más psicólogos.*

Señala las herramientas que le proporciona este eje de la formación:

- *Pues las que hemos mencionado ¿no?, la fortaleza, este el poder mirar, el estar bien para ejercer tu trabajo, la objetividad en la medida que sea posible, el bienestar emocional, como la cercanía a la salud Bety ... lograr tu dependencia, tu autonomía, hacerte cargo de ti mismo, este, y bueno hablando de que trabajamos en una institución, este, esa independencia.*

4.- Organizador sobre la percepción de colegas que no asisten a un proceso personal de psicoterapia.



Sabe que no todos sus colegas acuden, y se pregunta: ¿Cómo le hacen? ¿En qué condiciones están?

Observa a algunos compañeros y piensa en aspectos que podrían trabajar muy bien en un proceso de terapia y podrían fluir, porque ve a su alrededor y no hay crecimiento emocional, como persona, para crear y construir cosas nuevas.

Señala que la organización en la que labora, no permite la independencia, por el paternalismo institucional, lo que implica vivir en una zona de confort, de conformismo, que no permite ver más allá. No permite un malestar que movilice la acción hacia la independencia.

Reconoce que por el tipo de institución, existe la tendencia al imaginario de poder. Considera que el espacio académico la ayudó a tolerar ese discurso y a percatarse, de que si estuvieran en un espacio psicoterapéutico, tendrían claridad sobre esta ilusión, que lejos de apoyarles como persona y procurarles un beneficio, les empobrece.

En la cuarta categoría, manifiesta saber que no todos cumplen con este espacio, e identifica en ellos nulo crecimiento emocional y personal, dependencia institucional y tendencia al imaginario de poder:

- *Exactamente, sí Bety, si eso pasa, por eso es muy importante, si, hablándolo así, es muy importante, muy, muy importante, y que no todas las personas lo hacen eh, o sea, a veces me pregunto, ¿cómo le hacen? ¿no? o sea, ¿en qué condiciones están?, porque es un gran apoyo.*
- *A veces yo observo a compañeros y digo, ay eso lo trabajaría pero en terapia y fluyes o sea, y no estarías; de crecimiento, crecerías, porque luego veo alrededor y no hay crecimiento, o sea, emocional, no hablo de crecimiento material, hablo de un crecimiento emocional, de un crecimiento como persona, de crear, de construir cosas*

nuevas, diferentes y de independencia, creo que va de la mano con tu análisis el lograr la independencia pero de otras áreas, lograr tu independencia, tu autonomía, hacerte cargo de ti mismo, este, y bueno hablando de que trabajamos en una institución, este, esa independencia no se da, y aparte el vicio ¿no? de que, de esa onda paternalista de que aquí me dan todo, pues tengo mi puesto, tengo mi plaza, y cuál es el problema, no hay crecimiento, están en su zona de confort y no ven más allá, o sea, no, no, no, no hay malestar como para generar, ¡ay que fastidio!, no sé, no sé tantas cosas,

- Sí, metafórica, sí una pobreza emocional, una pobreza de no tener algo más que sea tuyo, eso y otra parte sabes que Bety, que la onda de, a lo mejor por el tipo de institución, la onda del poder, como el imaginario de poder, eso también ¿pues cuál poder?, si lo tuvieras claro, no te sentirías una persona con poder, este, no sé, a lo mejor hasta en comentarios de: saqué mi credencial cuando me paró el tránsito, cosas triviales, hasta más ¿no?, pero se crecen, se, y entonces digo ay, eso no existe, es un imaginario, y bueno a lo mejor lo académico, a mí me, bueno lo académico en específico que estudié la maestría, me hizo hacer más llevadera, el sobrellevar más la situación, de decir, ay, teóricamente me explica lo que le está pasando, pero eso no existe, es un imaginario, si estuviera en un espacio terapéutico Bety, lo tendría claro, lo tendría claro, este y esa onda de poder, ese imaginario de poder es muy tonto, ese imaginario de poder si estuvieran en un espacio terapéutico sabrían que no existe, que están en una ilusión completamente y que eso lejos de apoyarte como persona, el procurar tu beneficio, no sé, tu crecimiento, que te empobrece más.

5.- Organizador sobre la vivencia de otros apoyos y recursos para la persona del psicoterapeuta.

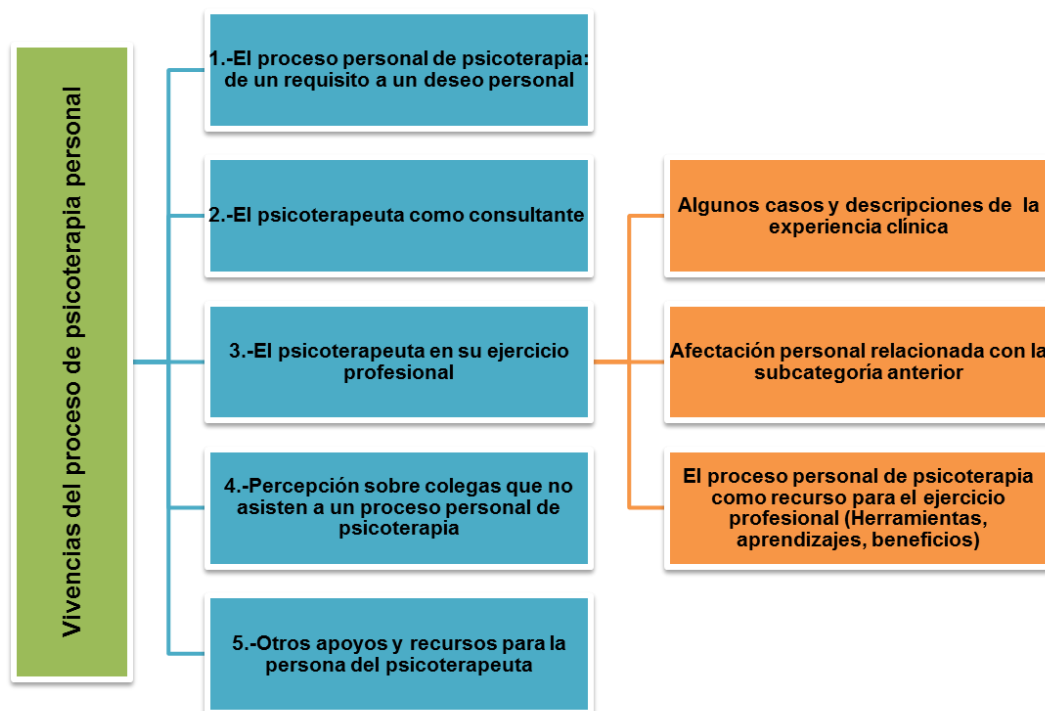


En esta categoría, comenta que acompaña su trabajo institucional con actividades externas, así como el apoyo de su familia y amistades que la contienen. Reconoce que la formación académica le permitió tolerar el discurso del imaginario de poder, y considera que estar en un aula, permite crear, construir, inventar y crecer:

- *Y también creo yo que tiene que ver con la formación académica, este, hay no sé porque, pero eso creo Bety, tiene que ver también, porque también estar en un aula te amplía tu panorama, te hace crear, te hace construir, inventar, creces, o sea es un espacio muy bonito.*

5.4.- Comparación entre las vivencias de las colaboradoras A, B y C, a partir del análisis de las entrevistas.

La sección anterior, nos permitió identificar y valorar la subjetividad de cada una de las participantes, cuyas descripciones son únicas. Sin embargo en este apartado, buscamos empatar las categorías con sentido para tener una visión global del estudio. Las categorías y subcategorías a comparar, son las ya enunciadas con anterioridad y en las que encontramos variabilidad en función de los relatos. Recordemos el diagrama general:



Para realizar la comparación, recurriremos a varios cuadros sinópticos, estrategia expuesta por Pimienta (2012) como una representación sintética que permite organizar, clasificar de manera lógica la información y sus relaciones. Al finalizar se enunciarán las conclusiones a las que se llegó.

Cuadro 1

1. El proceso personal de psicoterapia de un requisito a un deseo personal.	Semejanzas entre las colaboradoras A, B y C	<ul style="list-style-type: none"> • Han participado en dos procesos psicoterapéuticos personales. • El primero fue en el enfoque psicoanalítico. • Inician sus procesos por recomendación externa y no por deseo personal. • En ninguno de los programas de posgrado el proceso personal fue solicitado como requisito. • Coinciden en que el propio proceso es una decisión personal y una responsabilidad en quienes ejercen la psicoterapia. • En las tres colaboradoras se observa una transformación sobre el propio proceso, de un requisito a un deseo personal. 	Diferencias	El segundo proceso de la colaboradora B , fue en el enfoque sistémico.
	Semejanzas entre las colaboradoras A y C	<ul style="list-style-type: none"> • Estudiaron un posgrado con enfoque psicoanalítico. • Ambas tienen 10 años de experiencia profesional. • Acuden actualmente a psicoanálisis y psicoterapia psicoanalítica respectivamente. • Tienen más de 10 años atendiendo a este eje de la formación. • Ambas consideran que no se puede obligar. • Consideran que es importante contar con un espacio personal sin importar la profesión, sin embargo si el ejercicio profesional es la psicoterapia, lo consideran una responsabilidad. 	Diferencias	<p>La colaboradora B, estudió un posgrado con enfoque sistémico, tiene 5 años de experiencia profesional y expresa que próximamente reanudará su proceso.</p> <p>Existe variabilidad en la duración de sus procesos. A: 1ro 3 años; 2do 10 años. B: 1ro 1 año; 2do 6 meses. C: 1ro 1 año; 2do próximo a los 10 años.</p>
	Semejanzas entre las colaboradoras B y C	<ul style="list-style-type: none"> • Consideran que se puede promover en los espacios de formación. 	Diferencias	<p>La colaboradora C, considera que puede ser consecuencia de los espacios de formación.</p> <p>La colaboradora A, identifica una fase exploratoria en la que centraba su atención en la figura de su analista.</p>

Cuadro 2

2. El psicoterapeuta como consultante

Semejanzas entre las colaboradoras A, B y C

- Reconocen la implicación de su persona como instrumento o herramienta de trabajo.
- Manifiestan sentir bienestar al atender este eje de la formación. Las hace sentir responsables.

Diferencias individuales sobre la categoría

Semejanzas entre las colaboradoras A y C

- Manifiestan que trabajan más aspectos personales que profesionales.
- Describen sentirse contenidas y apoyadas al contar con este espacio.

La **colaboradora A**, lo considera una experiencia agradable, lo que no significa sencilla, pues la enfrenta tanto con asuntos positivos como negativos. Ha formado parte de su vida, de su ser mujer, y todo ello repercute en su ejercicio profesional. Ha sido enriquecedor y se da cuenta del alcance que este tiene.

La **colaboradora B**, recuerda que fue complicado encontrar a la persona con la que se sintió cómoda, suspendió un proceso que le generó dudas sobre el procedimiento. (Asistió sólo a una sesión por lo que no lo considera una experiencia terapéutica)

La **participante B**, Identifica en su historia personal conceptos que revisó en la maestría y que no hubiera comprendido sin la vivencia del propio proceso. Estos conceptos se hacen vida en la experiencia. Además manifestó sentir en un inicio, miedo a hablar de su vida personal ante un extraño, sin embargo lo fue perdiendo de manera paulatina.

La **colaboradora C**, lo considera un espacio que la fortalece, le da esperanza, le posibilita el desarrollo en otros espacios, le permite sentirse capaz, y no empobrecerse con la dependencia institucional. Lo refiere como darse a sí misma un obsequio. Tiene la consigna y el deseo de cuidar su instrumento de trabajo que es su propia persona, pues lo pone en riesgo en su ejercicio profesional. El espacio personal, le permite reconocer que el trabajo no lo es todo y valorar otras áreas de su vida: familia, proyectos personales y su propia exigencia.

Cuadro 3 (Primera parte)

3. El psicoterapeuta en su ejercicio profesional	Semejanzas entre las colaboradoras A y C	<ul style="list-style-type: none"> Las colaboradoras A y C, atienden problemáticas muy graves, impregnadas de delitos y dolor humano. Por ejemplo, señalan: casos que aparecen en la nota roja y un caso de parricidio, respectivamente. 	Diferencias	<p>No hay señalamientos de la colaboradora B al respecto.</p> <p>La participante C, describe el ambiente institucional donde labora, con dobles mensajes, relaciones complicadas, confusión. Un ambiente que fomenta el paternalismo institucional y el imaginario de poder.</p>
	Algunos casos y descripciones de la experiencia clínica			
	Semejanzas entre las colaboradoras A y C	<ul style="list-style-type: none"> Las colaboradoras A y C, se ven afectadas física y emocionalmente por su ejercicio profesional. Describen malestares físicos, bloqueo emocional, ganas de llorar; así como desesperanza, agotamiento, deterioro emocional, frustración e indignación, respectivamente. 	Diferencias	<p>No hay señalamientos de la colaboradora B al respecto.</p>
	Afectación personal relacionada con la subcategoría anterior			
	Semejanzas	<ul style="list-style-type: none"> Las tres identifican herramientas, aprendizajes o beneficios. Las tres coinciden en que es una forma de acompañar o cuidar al consultante a través de las propias experiencias. Permite experimentar el lugar del consultante. Las colaboradoras A y B coinciden en que: <p>Evita introducir fallas en el ejercicio profesional, al revisar los aspectos personales.</p> <p>Impide proyectar aspectos personales en el consultante o interponer la propia persona en el proceso.</p> <p>Permite distinguir lo propio, de lo del consultante.</p> 		
	El proceso personal de psicoterapia como recurso para el ejercicio profesional (Herramientas, aprendizajes, beneficios)	<ul style="list-style-type: none"> Las participantes A y C, señalan haber utilizado su espacio personal para abordar algunas experiencias clínicas; resultando un espacio propicio para elaborar los afectos y efectos que éstas les producen. La colaboradora B, señala que permite aprender a ceder el poder como psicoterapeuta, lo que se refleja en un trabajo en conjunto; en el mismo aspecto pero en otro sentido, la colaboradora C, declara que ayuda a tener claridad sobre el imaginario de poder, ilusión que empobrece en lugar de traer beneficios. 		

Cuadro 3 (Segunda parte)

<p>3. El psicoterapeuta en su ejercicio profesional</p>	<p>El proceso personal de psicoterapia como recurso para el ejercicio profesional</p> <p>(Herramientas, aprendizajes, beneficios)</p> <p>Diferencias</p>	<ul style="list-style-type: none"> La colaboradora A declara que, completa la formación como psicoterapeuta, permite contar con un referente en la figura del analista, desarrolla la empatía, es útil para metabolizar los procesos que se atienden y para clarificar aspectos de la práctica profesional. No se percibe ejerciendo sin contar con su análisis. La participante B hace referencia a lo siguiente: <p>No es fácil explicar la relación del proceso personal con el ejercicio profesional, es algo que se siente.</p> <p>El proceso personal, ayuda a ponerle palabras a lo que le pasa al consultante para que pueda encontrar sus propios significados.</p> <p>Da armas, tales como, sensibilidad, hacer vida los conceptos en la experiencia (conceptos vivos), para que no se queden en palabras huecas, sin fundamento (conceptos muertos)</p> Ante problemáticas graves la colaboradora C: <p>Señala que le da esperanza, fortaleza, empuje, le permite reconocer que su trabajo vale para prevenir.</p> <p>Argumenta que lo considera una herramienta para soportar el trabajo con personas y para sobrellevar el trabajo institucional.</p> <p>La orienta sobre el rumbo a seguir.</p> <p>Cree que tener revisados los propios aspectos personales, permite transmitir al consultante que es posible superar los conflictos.</p> <p>Considera que las personas que asisten, son responsables e inteligentes, con mayores herramientas que las que no lo hacen.</p> <p>Señala las siguientes herramientas que le provee el proceso personal: poder ver, bienestar personal para ejercer, bienestar emocional, autonomía, hacerte cargo de ti, independencia en diversas áreas y cercanía a la salud.</p>
---------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Cuadro 4

4. Percepción sobre colegas que no asisten a un proceso personal de psicoterapia.

Semejanzas
entre las
colaboradoras
A, B y C

- Las tres colaboradoras, han encontrado en sus entornos, colegas que no atendieron a este eje de la formación.

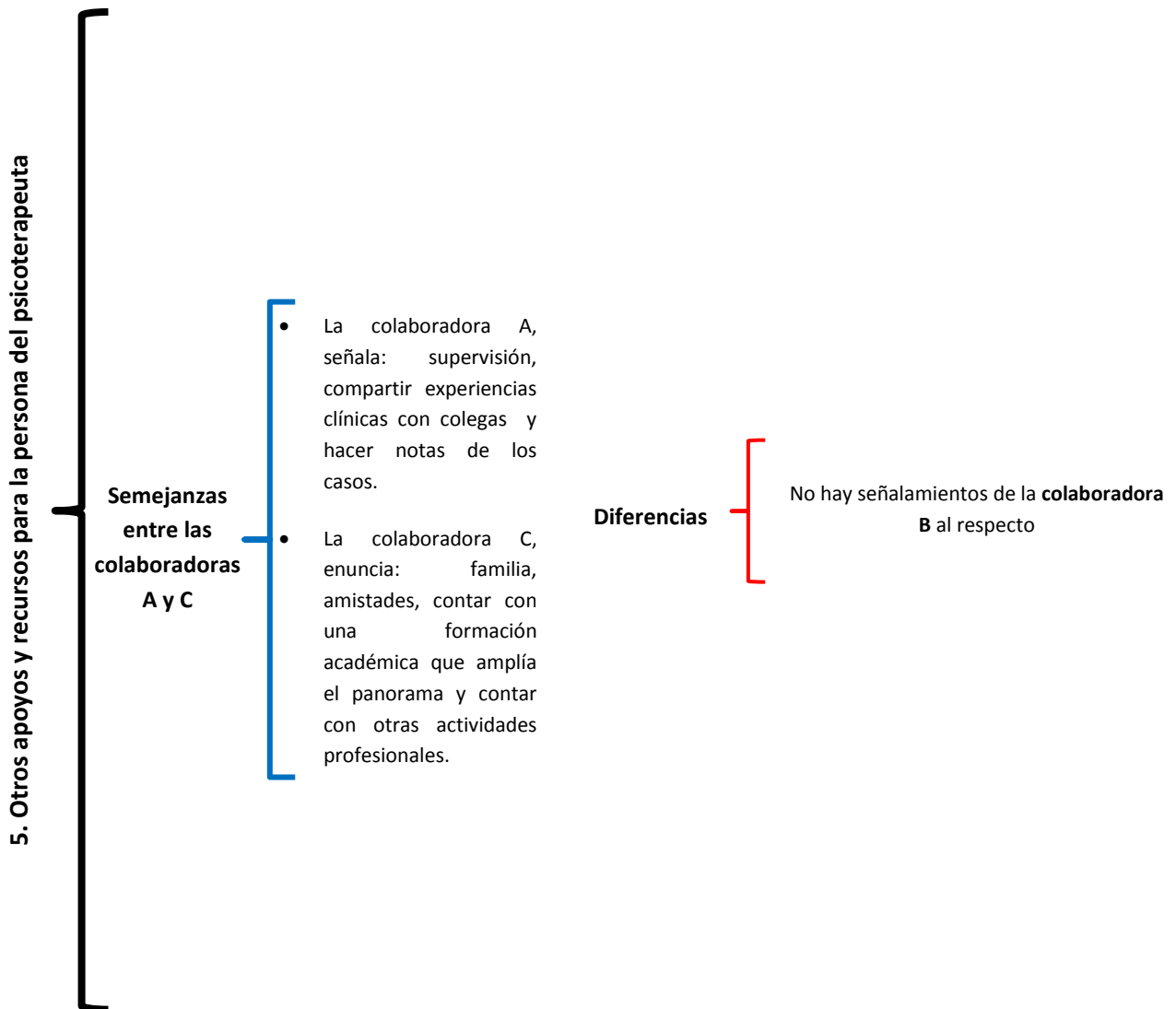
Diferencias

La **colaboradora A**, identifica que si no se tiene introyectado el proceso personal se mostrará incongruencia en la práctica profesional. Considera que es necesario contar con los tres ejes básicos de la formación, pues si no se cuenta con el propio proceso, será un rompecabezas incompleto.

La **participante B**, describe que durante la maestría, aquellos compañeros que no habían tomado un proceso: lloraban, se veían mortificados, referían sólo desde los libros, no desde la vivencia, no comprendían los conceptos (conceptos muertos); considera que sabían menos, tenían problemas con los docentes; tenían imposibilidad para ceder el poder, lo que puede ser peligroso al sentir que se tiene dominio sobre la vida del consultante. Le da la sensación de que si no existe el proceso personal, puede haber una barrera en la relación terapéutica.

La **colaboradora C**, considera que en los colegas de trabajo que no tienen la vivencia del proceso personal, no hay crecimiento emocional, ni personal; toleran el paternalismo institucional, viven en una zona de confort, por tanto no hay malestar que movilice la acción y muestran tendencia al imaginario de poder.

Cuadro 5



Principales conclusiones:

1. Las descripciones de la realidad vivida por cada colaboradora, poseen una particular significación personal.
2. Al ser un tema localizado y señalado en los distintos enfoques psicoterapéuticos, coincide en algunas unidades con sentido.
3. Es importante destacar que en ningún programa de posgrado fue solicitado el proceso personal como requisito.
4. Las tres participantes, inician sus procesos por recomendación externa y no por deseo personal.
5. Las colaboradoras coinciden en que el propio proceso es una decisión personal y una responsabilidad en quienes ejercen la psicoterapia.
6. El primer proceso de psicoterapia en las tres colaboradoras, se dio en un marco psicoanalítico.
7. Las experiencias terapéuticas personales reportadas por las colaboradoras A y C, desde un marco psicoanalítico, tienen una duración mayor a 10 años.
8. Las colaboradoras A y C, acuden actualmente a un proceso terapéutico.
9. Pese a las significaciones personales, en las tres colaboradoras se observa una transformación del proceso psicoterapéutico, de un requisito a un deseo personal.
10. Las colaboradoras A y C, consideran importante contar con un espacio terapéutico personal, sin importar la profesión que se ejerza.

11. Las colaboradoras B y C, piensan que el proceso personal se puede promover en los espacios de formación.
12. Las tres colaboradoras, reconocen la implicación de su persona como instrumento para el ejercicio profesional.
13. Las tres participantes, manifiestan sentir bienestar personal al atender a este eje de la formación.
14. Las colaboradoras A y C, atienden problemáticas graves, lo que las lleva a experimentar diversas afectaciones físicas y emocionales.
15. Las participantes A y C, señalan haber utilizado su espacio personal de psicoterapia para abordar algunas experiencias clínicas; resultando un espacio propicio para elaborar los afectos y efectos que éstas les producen.
16. Las tres identifican, múltiples herramientas, aprendizajes o beneficios que les otorga el proceso personal de psicoterapia, para su ejercicio profesional.
17. Las tres colaboradoras, han encontrado en sus entornos, colegas que no atendieron a este eje de la formación.
18. Las colaboradoras A y C, enunciaron otros apoyos y recursos con los que cuentan como personas y psicoterapeutas.

5.5.- Discusión

En este rubro, intento relacionar los resultados obtenidos, con las conclusiones de otros investigadores, para llegar a una integración mayor y a un enriquecimiento del “cuerpo de conocimiento” del área estudiada. (Martínez, 1996). Pretendo dar sentido a los resultados, mostrando además, algunos fundamentos relacionados con el fenómeno a estudiar, para identificar los hallazgos similares y diferentes, argumentando las razones a las que se pueden atribuir.

1.-Legitimidad de los resultados

Lo primero que quiero resaltar, es la autenticidad de los resultados, gracias a la elección del método más apropiado, pues “Las realidades cuya naturaleza y estructura peculiar sólo pueden ser captadas desde el marco de referencia interno del sujeto que las vive y experimenta, exigen ser estudiadas mediante el método fenomenológico” (Martínez, 1996. p.167). En tal caso, la realidad interna, individual y única, depende del modo en que es percibida, y del significado que le dan quienes la viven.

En ese mismo sentido, se siguieron de manera rigurosa, las etapas y pasos del método, respetándose cuidadosamente las relaciones que hace el psicoterapeuta como consultante, de sus propias vivencias sobre su proceso personal de psicoterapia, todo ello, para garantizar una comprensión del fenómeno, lo más completa y desprejuiciada posible.

En estrecha relación, Aguirre y Jaramillo (2012) destacan la figura de Amedeo Giorgi, como uno de los abanderados de la investigación fenomenológica en psicología, y líder de la Escuela de Duquesne. Plantean que su diseño, “La fenomenología y las unidades de sentido” (1985), tiene la ventaja, de que ha sido corroborado por múltiples y exitosas investigaciones, destacándose por su consistencia y aportes al conocimiento. Tengamos presente que la parte estructural de este trabajo, fue conducida por este autor, con adaptaciones de Moreno (2015).

A su vez, este tipo de investigación según manifiestan, Sampieri, Collado y Lucio (2003), busca comprender el fenómeno en su ambiente usual (cómo vive, se comporta y actúa la gente; qué piensa; cuáles son sus actitudes, etcétera). Postulan que la "realidad" se define a través de las interpretaciones de los participantes en la investigación respecto de sus propias realidades. De este modo, convergen varias "realidades", por lo menos la de los participantes, la del investigador y la que se produce mediante la interacción de todos los actores. Además son realidades que van modificándose conforme transcurre el estudio. Estas realidades son las fuentes de datos.

Algunas posibles limitaciones sobre este trabajo, se encuentran presentes en todos los estudios cualitativos, que no pretenden generalizar de manera intrínseca resultados de poblaciones más amplias, ni necesariamente obtener muestras representativas; incluso, no buscan que sus estudios lleguen a replicarse. Asimismo, se fundamentan más en un proceso inductivo (exploran y describen), y luego generan perspectivas teóricas. Sampieri et al. (2003).

Para reafirmar, la legitimidad de este tipo de investigaciones, destaco algunos de los trabajos que estudié, y que considero contribuyen en diferentes temáticas a rescatar las ciencias de lo humano. Zermeño (2011), manifiesta, que reiteró la importancia de reconocer la vivencia de la subjetividad y de enfatizar las particularidades de cada persona. Expone, que la metodología fenomenológica, guiada por Giorgi (2005), es una opción viable y adecuada para la descripción y comprensión de la vivencia. Señala que varios autores a los que hizo referencia en su estudio, han empleado esta metodología y han obtenido resultados que enriquecen el quehacer terapéutico al analizar la experiencia vivida. Advierte, que con las indagatorias bibliográficas que hizo, pudo darse cuenta de que en México no abundan los estudios cualitativos de corte fenomenológico, en los que se estudie la vivencia, de ahí que considera importante realizar más investigaciones en esta línea. En el mismo sentido Gachuzo (2011), observa, que realizar una investigación de este tipo, resultó todo un reto, que tiene como propósito fundamental, aproximarse de la mejor manera posible a la subjetividad de cada persona con relación a una experiencia vivida en particular. Considera que acercarse a conocer lo más amplia y profundamente, aunque desde fuera, cómo es la manera particular de vivenciar un fenómeno, podría darle herramientas importantes para aproximarse a una comprensión más empática de la persona y sus vivencias, cualesquiera que éstas fueran. Resalta lo interesante que es desmenuzar el discurso literal y poderlo clasificar en diferentes categorías surgidas desde las narraciones de los colaboradores, y a su vez, en esquemas que intentan explicar un poco, cómo va siendo la percepción y la descripción que la persona misma hace de su propio experimentar con relación al tema a estudiar. Así mismo Montalvo (2011), refiere que el estudio que

realizó, además de proporcionarle conocimientos con relación a la vivencia, le ofreció un panorama diferente del sujeto y de la psicoterapia. Manifiesta que fue una gran experiencia vivida realizar su estudio, y una gran satisfacción concluir un trabajo que le aportó como profesionalista pero sobre todo como persona.

A través de los argumentos señalados, destaco la validez y confiabilidad de la investigación fenomenológica para recuperar lo subjetivo, vivencial y existencial.

En cuanto a la forma en que se llevó a cabo la organización de los datos para su mayor entendimiento, enfatizo las bondades, de echar a andar mis saberes como psicóloga educativa, incorporando en este trabajo, estrategias de enseñanza y aprendizaje, para la recogida, análisis y comprensión de los datos. Un claro ejemplo de mi interés por integrar en mi ejercicio, el diálogo interdisciplinario.

2.- Características de las colaboradoras

Antes de dar paso a la comparación de los resultados obtenidos con otras investigaciones o postulados, expongo un aspecto con el que me topé, y que considero importante poner sobre la mesa. Éste se refiere a la formación especializada profesional del psicoterapeuta, en la que encontré, imprecisiones y confusión.

Como ya se señaló, las tres entrevistadas laboran en el área de la psicoterapia con experiencia de 10, 5 y 10 años en ejercicio, de tal manera que se reconocen como miembros activos de esta disciplina, de igual forma, fueron identificadas y recomendadas por los compañeros de apoyo a quienes se dieron a conocer los criterios de selección para este estudio.

Las colaboradoras A y C, estudiaron su posgrado, en distintas instituciones, ambas con enfoque psicoanalítico. Las maestrías que recibieron, no están registradas, ni enunciadas como formaciones en psicoterapia.

Por algún momento dudé en incluir estas entrevistas, porque sus formaciones no contenían el término “psicoterapia”, y porque en sus programas, se declara que “no se les forma como psicoterapeutas”. Entiendo sin embargo, que en estas instituciones se tiene conocimiento de que la intención de algunas de las personas que solicitan admisión, es desarrollar sus competencias psicoterapéuticas, aun así, o por ello, se les admite.

En relación y según la indagación que realicé, podemos encontrar, que en León, Gto., si alguien, quien se dedica a la psicoterapia, quiere seguir preparándose en la perspectiva psicoanalítica, tienen la opción de estudiar una maestría en una de las

cuatro asociaciones que forman desde este enfoque (no todas con reconocimiento oficial), o bien la Formación en Psicoanálisis en dos de ellas, esta última con una duración de cuatro años. Muchos de ellos, optan por sus programas de maestrías en: Psicología Profunda, Psicología Clínica, Análisis grupal, y muy recientemente Psicoterapia con Orientación Psicoanalítica (Hasta el día que se realizaron las entrevistas se desconocía su existencia), ya que se realizan en menor tiempo (dos años) y con menor costo.

Nótese, que los programas de maestría con perspectiva psicoanalítica, son los de mayor tradición en la ciudad de León.

En cuanto a otros enfoques encontré, cuatro universidades que ofrecen maestría o especialidad en Terapia familiar, estas con enfoques: sistémico y posmoderno. Una universidad con enfoque en el diálogo interdisciplinario. Una asociación en Terapia Gestalt y una con enfoque humanista.

Ahora bien, una primer pregunta para reflexionar es, ¿Qué estudios son precisos para ser formado psicoterapeuta? Porque hay evidencia que muestra, que los programas de formación en esta disciplina, pueden tener nombres como: “Psicología clínica o Psicología de la Salud”. Así lo encontramos en Sánchez (2012) quien señala la dificultad para distinguir a los consejeros de los psicoterapeutas, porque sus formaciones tienen estos títulos

En las áreas más cercanamente relacionadas con problemas graves de adaptación humana o salud mental, la distinción entre programas dedicados a la formación de consejeros o de psicoterapeutas es menos clara debido a que sus títulos formales tienden a girar en torno a términos tales como *psicología de la salud o psicología*

clínica. Es probable que esto cambie en breve, en virtud de que la nueva ley que regula la práctica de las profesiones de la salud mental y especialidades como la psicoterapia es más específica respecto a la formación y las credenciales de los psicoterapeutas y acerca del concepto mismo de psicoterapia. Dado que la ley no incluye a la orientación o consejo psicológico es probable que se amplíe la brecha conceptual entre las dos disciplinas en lugar de hacerlas más semejantes. (p. 2).

Otra opción para seguir preparándose, en general en ésta disciplina, son los cursos y diplomados que se ofrecen en distintas organizaciones y que son nombrados: Psicoterapia de niños y/o adolescentes con orientación Psicoanalítica o Gestalt, Terapia de juego, Constelaciones familiares, Terapias posmodernas, Terapia Sistémica, Técnicas de psicoterapia psicoanalítica, etc.”, que por cierto ¡no los forma como psicoterapeutas! según refieren sus docentes. Me pregunto entonces, ¿Qué alcances tienen estos estudios? Es interesante advertir, que en una misma institución se ofrezca un posgrado, que no forma como psicoterapeuta, aunque como señalamos se tenga el conocimiento de que muchos de los alumnos pretenden desarrollarse con ellos en esta disciplina, y por otro lado se ofrezca un diplomado o curso, que se considera de menor nivel académico, pero que sí es llamado “psicoterapia”. En algunos de ellos existe práctica clínica y supervisión de casos. Sin embargo en “todos” ellos; y aquí está el punto central de nuestro interés, ¡No se pide la experiencia personal como requisito!, entonces, ¿El trípode tradicional, aquí no es necesario? Porque resulta preocupante que los ejes de formación sean guiados más que por aspectos teóricos, técnicos, epistemológicos y éticos, por políticas institucionales.

Incluso recordando las funciones de los licenciados en psicología (clínica o general), se escucha, que en sus universidades se les dice, que no están capacitados para dar psicoterapia aun cuando realizan intervenciones en psicoterapia breve. De ahí que

surja la pregunta, ¿A quién se puede llamar psicoterapeuta? No tengo la intención de problematizar al respecto, haré sólo alusión a algunas fuentes.

En un estudio reciente, sobre “Aspectos personales de un grupo de psicoterapeutas de León Guanajuato, a partir de su formación especializada, su experiencia profesional y su apreciación del propio desarrollo personal “, Coronado (2014) refiere

Aclarando que la identidad profesional implica una formación especializada, parece que en el ámbito de la psicoterapia, la ambigüedad continúa. En México, la situación de la formación de psicoterapeutas había estado centrada alrededor de institutos hasta hace algunos años y más recientemente en maestrías, lo que hace diferencia de otras formaciones como la del médico alópata, que sabemos que lo es, porque estudió medicina, no hay otra forma. Es decir, para formarse y nombrarse psicoterapeuta se puede estudiar un diplomado, curso, maestría, especialidad, en cualquier sitio en donde se de esta acreditación; independientemente de tener o no licenciatura, incluso dicha licenciatura puede no estar relacionada con alguna de las áreas de la salud.

Focalizando en la problemática, podemos decir que en México frente al ejercicio profesional de los estudios universitarios se necesita licenciatura y cédula profesional, sin embargo no hay requisitos legales para acreditarse como psicoterapeutas, no todos los estudios tienen un reconocimiento con validez oficial; lo que no implica que los estudios que ahí se ofertan sean buenos, adecuados o no. (pp. 19-20).

De lo anterior, enfatizo, que no hay un acuerdo sobre la preparación previa formal para formarse como psicoterapeuta. Incluso en varios de los programas de maestrías en psicoterapia o psicología, podemos encontrar profesionistas de diversas disciplinas, inclusive con desacuerdo de algunos formadores. Esto implica un estudio breve, de sólo el tiempo que dura el posgrado. En este sentido, retomo que a un psicólogo clínico que cursó su licenciatura con duración aproximada de 4 a 4 años y medio, se le cuestionan sus competencias psicoterapéuticas, sin embargo los egresados que no

están relacionados con las áreas de la salud mental y que estudian un posgrado en psicoterapia o psicología, ¿Las poseen?

Para algunos basta con que surja el deseo de ser analista o en su caso psicoterapeuta, independientemente de la preparación previa a la formación, sin embargo, ¿Cómo puede surgir un genuino deseo si no se tiene la experiencia del proceso personal? ¿Sobre todo cuando se inicia esta experiencia con el ingreso a la formación? ¿Existe un deseo reflexionado? Desde mi punto de vista, estos son algunos más, de los aspectos a dialogar en nuestra disciplina.

Quiero aclarar, que no comparto la idea de que un solo curso o diplomado forme como psicoterapeuta, de hecho tengo conocimiento sobre individuos que estudiando un curso o diplomado en terapia Gestalt, Constelaciones familiares o Enfoque sistémico, y sin ninguna preparación previa formal, se dedican en León, a intervenir en este ámbito, lo que me parece una irresponsabilidad tanto de ellos, como de las instituciones que los deforman. Tampoco creo que la sola licenciatura en psicología, brinde todas las competencias necesarias para ser psicoterapeuta. Por el contrario estoy convencida de la trascendencia de la triada básica, como sostén del ejercicio profesional. Concuerdo con Ávila-Espada (2012), que propone un pentágono o polígono, delimitando algunos de estos aspectos

La formación del psicoterapeuta ha de incluir siempre los aspectos nucleares siguientes:

1. Formación suficiente previa al acceso a la formación especializada.

2. Formación especializada y específica, como núcleo de su formación teórica y técnica, y pero también como modelo de formación continua a lo largo de toda la vida profesional.
3. Práctica profesional de calidad, debidamente supervisada, como núcleo de integración de la formación.
4. Supervisión intensiva con terapeutas expertos en las etapas iniciales de la práctica, y supervisión continuada con terapeutas de mayor experiencia y/o con pares a lo largo de toda la vida profesional.
5. Psicoterapia personal del propio terapeuta, en función de sus necesidades a lo largo de su ciclo formativo y profesional. (p. 7).

En relación, en países como Chile, Cruz (2009) señala la necesidad de regular la formación mínima para formarse como psicoterapeutas

Desde hace una década se ha venido discutiendo la necesidad de reglar acerca de la formación mínima que deberá tener cualquier programa de formación de psicoterapeutas, cuyos lineamientos son propuestos por la Comisión de Acreditación de Psicólogos Clínicos. Entre las razones para proponer una calidad en la atención psicoterapéutica están la diversidad de áreas y modalidades de trabajo terapéutico, que surge desde la diversidad y la proliferación de modalidades de formación, tanto universitarias como de instituciones de estudios de postgrado. La búsqueda institucional, por parte de la comisión chilena de acreditación de Psicólogos clínicos, de asegurar la calidad de la formación y de asumir la responsabilidad ético social de la actividad terapéutica, señala que la formación como terapeuta deberá tomar a lo menos tres niveles de formación.

1. *Una formación teórica*, que asegure una coherencia en el actuar terapéutico, así como también una forma de asegurar un lenguaje común que permita representar la experiencia y transmitirla.
2. *Una formación práctica*, donde poder aprender desde el hacer, e integrar sus experiencias y reflexiones en una instancia de supervisión clínica.

3. *Una formación de la persona del terapeuta*, donde asumir aquellos aspectos diferenciadores, personales y únicos del hacer del terapeuta en formación.

Las resonancias personales, los temores, se aparecen (Reglamento Comisión de Acreditación de Psicólogos Clínicos, 2006).

A estas alturas creemos adecuado concluir respecto a la necesidad de abordar el proceso de formación en psicoterapia, como un desarrollo que toma a la persona del terapeuta en formación, de modo integral. Hasta aquí, y a través de la literatura científica referida a este tema, surge la recurrencia en que la formación en psicoterapia deberá tomar tanto niveles teóricos como prácticos, incorporando el proceso personal del formando, sus distinciones, creencias y temores. (pp. 134-135).

Ahora bien, al punto al que quiero llegar es a la ambigüedad, y en algunos casos absurdo, que encontré en algunas formaciones, por ejemplo, una de nuestras colaboradoras refiere que en su programa de maestría con enfoque psicoanalítico, se toman pacientes y se lleva supervisión de casos, pero insisto, ¿no es considerado posgrado en psicoterapia!, entonces me pregunto, si no lo es, ¿Qué es entonces? Aquí otro cuestionamiento que surge para reflexionar.

Siguiendo la línea de los ejes de formación en esta disciplina, en la justificación de este estudio, señalé tener conocimiento de al menos una de las instituciones que ofrece posgrado en “Psicoterapia”, más precisamente en “Terapia”, en León, que no pide el propio proceso personal como requisito, hoy tengo noticia de una segunda, lo que nos hace pensar con seriedad el asunto de buscar formas para regular el ejercicio profesional. Aclaro que en estos casos no se trata de posgrados con enfoque psicoanalítico y destaco que no son programas que se encuentren presentes en las entrevistas realizadas.

Poniendo sobre la mesa estos aspectos, considero que dada la formación formal previa en el área de la psicología, la experiencia clínica, la formación en posgrados de reconocido prestigio, además de otros cursos y diplomados, así como con contar, con un proceso de psicoterapia personal, se consideró que las participantes, cumplían con las competencias para ser llamadas psicoterapeutas.

Mucho me temo, que si mis criterios de selección, se hubieran basado en contar con posgrados en “psicoterapia”, sería casi nula la variabilidad de los enfoques. O bien, que tuvieran como requisito la solicitud del proceso personal en sus instituciones, hallar a los psicoterapeutas adecuados, representaría una tarea titánica.

3.- Comparación de los resultados obtenidos con otras investigaciones o postulados relacionados con el fenómeno a estudiar.

En relación a los hallazgos encontrados en este estudio, podemos observar que las tres participantes manifestaron, que en ninguno de sus programas de posgrado, se solicitó el proceso personal como requisito. Este hecho se podría justificar en el caso de las colaboradoras A y C, con el argumento de que no son formaciones en esta disciplina. La colaboradora C, sin embargo reportó, que en el momento en que cursaba la maestría todos sus compañeros, atendían al eje de la experiencia personal, por lo que cree posible, que se presente como consecuencia de los espacios de formación. No obstante este testimonio, algunos pudieron optar por no tomarlo.

Es importante retomar que en algunos programas de formación como psicoterapeutas, no se solicita como requisito, el proceso personal de psicoterapia. A este respecto González (comunicación personal, septiembre, 2013) revela

Lo primero que subrayaría es que tal vez, no necesariamente en todas las formaciones en psicoterapia esto sea un requisito. Cuando se emplea el término requisito, se podría dar a entender que es algo universalmente aceptado o que cuando menos hubiese un amplio consenso. Mi experiencia y mi conocimiento respecto a otros programas o diferentes programas de formación en psicoterapia, es que no necesariamente hay esto como requisito y en ocasiones, que aun habiéndolo, la manera de evidenciarlo es bastante laxa. (p.35).

En el mismo sentido Casillas (comunicación personal, septiembre, 2013) reconoce

Aunque sé que hay formaciones en psicoterapia que no piden como requisito la asistencia a un proceso personal de psicoterapia (como parte de su adiestramiento), desde mi punto de vista, una formación que no pide este requisito, es una formación incompleta. (p.29).

En cuanto a la colaboradora B, refirió tomar su maestría en una etapa donde recuerda que: “Todavía no había muchas cosas, ni siquiera nos daban inglés, no nos daban muchas cosas, sólo las materias que debíamos llevar, y nos daban esas sugerencias (se refiere al requisito de la experiencia personal de psicoterapia), y los que quisieron la tomaron”. Cree posible que en ese tiempo, varios aspectos no estuvieran bien definidos, y señala entre ellos, el proceso personal. Declaró no saber si en la actualidad se pide.

En comparación y tomando en cuenta las diferencias contextuales, Pope y Tabachnick (1994) en su encuesta para psicólogos de la APA, encontraron que únicamente el 13% de los participantes, reportó como requisito en sus programas de posgrado y escuelas profesionales, el propio proceso de psicoterapia personal. No encontré datos en México, al respecto. Sin embargo tenemos los testimonios de las entrevistadas y de algunos formadores, que apuntan, a que en algunas instituciones, puede ser recomendable y no requisito.

Aunque no podemos tener certeza, de la importancia o no, que se le da, a este eje de la formación en el interior de las instituciones formadoras de León Gto., y pese a las justificaciones que podemos encontrar, para no solicitarlo, al menos en el caso de las tres participantes de este estudio, lo considero un tema importante a discutir en nuestra disciplina.

En otro aspecto, es primordial reconocer, que a pesar de que las colaboradoras iniciaron sus procesos, por recomendación externa y no por deseo personal, y pese a la diferencia en cuanto a su duración y enfoque, optaron por atender al requisito. Aquí

podemos hacer mención a Pope y Tabachnick (1994) que refieren que una gran mayoría, el 70% manifiesta como “probablemente” o “absolutamente” necesaria la psicoterapia para los psicoterapeutas en formación. Mientras que Flores (2013) encontró que casi el 96% de psicoterapeutas reportó contar con alguna experiencia de terapia personal a lo largo de su historia.

En estrecha relación las tres participantes del estudio, coinciden en que el propio proceso, es una decisión personal y una responsabilidad en quiénes ejercen la psicoterapia. Siguiendo a Flores, se mostró a los encuestados, una escala del 0 al 5 para registrar cómo se han valorado dichas experiencias, donde 0 representaba “Ninguna” valoración ascendiendo hasta el número 5 el cual representaba una valoración “Muy grande”. Encontrándose que más del 90% de estas experiencias son percibidas con una valoración alta (75% fueron muy apreciadas otorgándoles el más alto puntaje (5) y 17% cercano a la alta valoración). Por otro lado, un porcentaje ligeramente mayor al 6% reportó una valoración que se podría estimar como promedio (2 ó 3) y ninguna de las experiencias fue reportada como poco o nada valorada (0 ó 1).

Acá encontramos que Camarena (comunicación personal, febrero, 2012) menciona

Nadie debería pedirlo ya que es un asunto que parte de la reflexión personal, es una cuestión de congruencia, de ética profesional. Es una decisión personal. Se trata de una norma que da prestigio. (p.34).

En este punto, concuerdo con González (2010) quien enfatiza la necesidad de contar con este eje de la formación

A juicio mío, considero que la psicoterapia del psicoterapeuta es la parte más importante de su formación como tal: es aquél aspecto que tiene que ver, nada más ni nada menos que con su persona, con su ser como herramienta fundamental de trabajo en un encuentro con otro que no es él mismo. Esta herramienta tiene que ver con el ser que somos, con nuestra historia familiar- personal, nuestro cuerpo, nuestros vínculos, con la época histórica del mundo y del país; con la cultura y sociedad en que nos toca vivir...*Esto es un aspecto esencial que hace a las singularidades de nuestra profesión.* Una profesión que busca que podamos entender los *por qué y para qué y cómo* hacemos las cosas; lo que nos provoca conflictos y sufrimientos y lo que nos satisface y da placer; lo que nos posibilita ser libres y ser nosotros mismos, o lo que nos sujeta y esclaviza; lo que nos abre puertas al cambio o lo que nos mantiene transitando por senderos ya conocidos...Esta herramienta tenemos que conocerla lo mejor posible porque es ella la que se va a encontrar, en una situación privilegiada, distinta a la del resto de los encuentros sociales, con otro. Otro que viene a nosotros en situación de vulnerabilidad extrema: plagado de interrogantes, conflictos, sufrimiento, frustraciones, desencuentros y que espera encontrar un camino, su camino, con nuestra compañía y ayuda. (p.1).

Por otro lado, no es de extrañar que las tres participantes expresen que su primer proceso, se dio en un marco psicoanalítico, pues las asociaciones formadoras en este enfoque, con más antigüedad en León, datan de finales de los ochenta, mientras que las instituciones formadoras en la perspectiva sistémica, de la primera década del siglo XXI. De esto podemos deducir, la posibilidad de que incluso, estudiando una maestría o especialidad en terapia familiar sistémica, los psicoterapeutas mejor recomendados en la ciudad, pertenecieran al enfoque psicoanalítico. Podemos confrontar este hecho con los resultados obtenidos por Flores (2013) en relación a la experiencia psicoterapéutica personal y la orientación elegida en su práctica profesional de los 120 psicoterapeutas encuestados en su estudio

Sobresale el hecho de que un porcentaje superior al 55% de estas experiencias han sido en el marco de una perspectiva “Psicoanalítica”, ya sea individual o en grupo. Las demás perspectivas presentan porcentajes significativamente menores, ya que ninguna representa un porcentaje mayor al 5.24%. (p. 91)

Se tiene que 55 de estos psicoterapeutas reportaron un alto índice de intervenciones desde una perspectiva “Psicoanalítica”, siendo este marco teórico y técnico el de una mayor presencia en este estudio.

Enseguida se presenta la perspectiva “Sistémica”, la cual fue reportada casi en 30 casos como muy presente. (pp. 95-96).

En relación a las colaboradoras A y C, que optaron por un proceso en el marco psicoanalítico, relacionado con la inclinación a esta misma perspectiva en la elección de sus posgrados, encontramos también en Flores (2013) que

Para el caso de quienes tuvieron experiencias personales con “Orientación Psicoanalítica” (51), se encontró la predilección por la misma orientación de manera privilegiada en su práctica terapéutica, presentando un promedio de valoración de 4.3 en relación a esta orientación en su práctica profesional. (p. 98).

En cuanto a la duración de las experiencias psicoterapéuticas personales, las colaboradoras A y C, reportan más de 10 años; mientras la colaboradora B: 1 año, con enfoque psicoanalítico y 6 meses con enfoque sistémico. Desde esta disciplina, es sabido, que los procesos psicoanalíticos suelen ser largos, en tanto no sean considerados psicoterapia psicoanalítica focalizada. También tenemos conocimiento de que en los procesos sistémicos la duración es menor. Al respecto Flores (2013) expone, la duración de psicoterapia personal en los 120 encuestados. Sin embargo no

se tiene noticia, de la relación, entre la duración, con la perspectiva en la que fue llevado a cabo.

Las experiencias terapéuticas personales reportan una duración cercana a los 4 años en promedio.

Al observar con mayor detalle, se encuentra que casi el 50% de los psicoterapeutas han estado al menos 3 años en una experiencia psicoterapéutica personal; alrededor del 30% corresponde a aquellos que han permanecido entre 3 y 6 años en ésta mientras que sólo un 4% ha estado por un lapso mayor a los 9 años. (p. 91).

Un dato interesante es que las colaboradoras A y C, pese a más de 10 años participando en un proceso personal, siguen atendiendo a este eje de la formación, y aunque la participante B, expresó que continúa su responsabilidad sobre este aspecto, y manifestó próximamente reanudarlo. No deja de llamar mi atención que entre la muy limitada literatura, sobre la importancia de este elemento del trípode tradicional, los pocos artículos que encontré al respecto, son en su gran mayoría, en el marco psicoanalítico, incluso en algunas perspectivas parecía nula su referencia, razón por la que acudí a los formadores para obtener sus aportaciones. Desde ahí, encontramos que es en 1910, que Freud propuso la idea, hoy a más de un siglo después, nos preguntamos, ¿Será que en este modelo, se encuentra más introyectada, la responsabilidad sobre este eje?

En relación a este aspecto, se presenta la contribución de Granados (comunicación personal, abril, 2015)

Porque si entran al análisis porque te lo piden, nada más por la maestría, pues con estos dos años o tres años, no vas a resolver tus conflictos, conflictos que uno trae a veces hasta desde lo prenatal por aquello de las fantasías trans-generacionales o lo pre-conceptivo. (p.45).

En cuanto a la duración se habla de que hay que dar de alta al paciente cuando tiene varios rubros que lo llevan a ser feliz, o que disfrute, uno de ellos su trabajo, que disfrute su sexualidad y la capacidad para relacionarse, y entonces no se logra con un año o dos, y mucho menos si lo quieres lograr con sólo el conocimiento de la teoría y la técnica, eso es una resistencia del alumno. Habrá que preguntarse qué te llevó a ser psicólogo y psicoterapeuta, que según estudios tiene que ver con tu historia familiar y si quieres lograr ser psicoterapeuta sin revisar tu mundo interno, pues no se va a poder. Para nosotros analistas es interminable el tratamiento, se dice que nosotros debemos llegar a niveles orales, a lo más primitivo de ti, de nuestro desarrollo, y haber manejado lo que es la envidia, la voracidad y la agresividad. Y para manejar esto, son años, pero esto te da la posibilidad de trabajar estos mismos elementos con el paciente, pero si no los tienes trabajados, no se puede, tampoco quiere decir que no puedas hacer altos en tu análisis por ejemplo si tienes 17 años en dos procesos o con un solo psicoanalista, claro que puedes hacer cierres y retomar posteriormente tu análisis quizá menos profundo que en los primeros años, pero una persona que sólo está durante poco tiempo no logra tener esta capacidad. (p.46).

Me parece importante señalar sin embargo, que el tiempo de permanencia en un proceso personal, no es garante de una autoobservación profunda, toma de conciencia, hacerse responsable de sí, lograr el saber de sí mismo, el reconocimiento de lo inconsciente o de la asunción de la castración. Al respecto Santos (comunicación personal, enero, 2014) expone

Incluso diría que lo recomendable no es que se inicie un proceso de análisis con el arranque de un programa de formación, sino que se tenga un proceso de análisis previo suficientemente profundo y prolongado, y que como fruto de ese proceso, la persona decida ingresar a una formación como psicoterapeuta. Pero este proceso está invertido, se ingresa a un proceso de formación como psicoterapeutas o como psicoanalistas sin haber tenido una reflexión necesariamente profunda de lo que significa eso.

De esta manera, el que una persona vaya a análisis no significa que esté en análisis, son dos cosas diferentes. Entonces lo ideal es que la persona plantee un deseo de

entrar a un análisis legítimo, y que tenga la necesidad de trabajar sus conflictos, sus temores, sus angustias, sus proyectos de vida, hacia dónde quiere ir, qué quiere hacer, que se esté cuestionando. Son paradojas institucionales pero que no hemos encontrado otra forma. (p.49).

Otro aspecto cardinal, es que pese a las significaciones personales, en las tres participantes, se observa una transformación del proceso personal, de un requisito a un deseo personal. En concordancia Santos (2014) despliega

En la maestría de la UIA León, el proceso personal sí es un requisito, y se les pide a los alumnos desde un principio, o más bien se les informa desde un principio, que van a tener que hacerlo. Esto nos plantea otro problema: uno sabe que solamente un proceso de análisis va a ser fructífero, eficaz, si hay un deseo de analizarse, si hay una legítima demanda de análisis. Entonces el que una institución lo plantee como requisito se vuelve paradójico, porque alguien puede decir, que está interesado en el programa de estudios, pero no en un proceso de análisis. Sin embargo la institución lo pide y entonces la persona acude en forma obediente, pero sin algo fundamental que es el deseo de analizarse. Ahí tendríamos una situación un poco de *impasse*, son las contradicciones que se generan en las instituciones donde se pide esta condición. En términos ideales, uno esperaría que la institución no tuviera que pedirlo, sino que el mismo sujeto que quiere entrar a un programa de esta naturaleza, que quiere trabajar con otros y con la subjetividad de los otros y con sus problemáticas, esté ansioso de conocer también lo que le pasa, y quiera iniciar un proceso de análisis. (p.49).

Agregaría, que lo ideal es que no fuera un requisito, sino que se hablara del deseo, del deseo de conocerse y de entrar a un proceso personal. Tal vez el arranque sea un requisito para el alumno, pero lo que desearíamos es que si fue así, gradualmente deje de ser requisito y se convierta en un espacio, donde va a hablar de todo lo que tenga que hablar, donde va a tratar de enfrentar sus fantasmas, sus obstáculos, sus conflictos y tratar de resolverlos y entonces la palabra requisito deja de tener sentido. En otras palabras que surja una demanda de análisis. Si se mantiene el sentido de “requisito”, no

será un análisis, aunque haya estado cuatro años o cinco en proceso. Yo haría ese cierre con la consideración de ese concepto. (p.53).

En afinidad González (2013) manifiesta

Propondría, que se cambiase “requisito” a “asunción”, pero creo que es un proceso natural, que debe iniciar como requisito, para que luego se asuma como algo que es bien necesario en nuestro proceso de formación, que ojalá sea cada vez más una asunción y cada vez menos un requisito. Aunque bueno, tal vez en el proceso de formación haya que hacerlo primero requisito. (p.35).

Personalmente considero substancial, el requisito de la experiencia personal en las instituciones formadoras de psicoterapeutas, pese a que éste, no garantice el enfrentamiento del formando con su mundo interno, sin embargo de esta manera, habrá mayor posibilidad de que se logre, a partir de los señalamientos del psicoterapeuta que lo acompaña, en relación a las resistencias ante ese encuentro consigo mismo, a diferencia de no contar con la vivencia.

En otro aspecto, las colaboradoras A y C, consideran importante contar con un espacio terapéutico personal, sin importar la profesión que se ejerza. Sin embargo aclaran, que si la profesión es la psicoterapia será entonces un compromiso.

Resaltando su importancia dentro de la psicología, Granados (2015) señala

Creo que antes de verlo las asociaciones como un requisito, yo creo que tenemos que verlo como una necesidad, ojalá de hecho, todos los alumnos que estudian licenciatura en psicología, independientemente que sea educativa, clínica o industrial, se acerquen a sus propios conflictos, porque estamos en contacto con seres humanos, y ya sea que en la práctica, les haces una entrevista o les aplicas pruebas o les haces un

psicodiagnóstico, por muy elemental que sea, todo el mundo interno del paciente que estás entrevistando se está moviendo y, ¿qué hacemos con estas comunicaciones cruzadas, identificaciones proyectivas cruzadas? (p.44).

De la misma manera Dorony (comunicación personal, septiembre, 2013) manifiesta

En este sentido insisto en que un psicólogo debe hacer terapia personal desde antes de titularse y si va estar en la clínica, ya sería una obligación, tanto por el cuestionamiento ético como técnico e instrumental. El empezar con este tema en la maestría, es para mí ya una dificultad, ya que esto tendría que estar antes, desde el comienzo de la licenciatura así como inscripto en el perfil de egreso.

En otro tema, las colaboradoras B y C, piensan que el proceso personal se puede promover en los espacios de formación. Al respecto también Dorony (2013, p.32), advierte, “No debería ser una obligación administrativa, es una obligación ética, creándose desde la formación, desde lo filosófico y desde lo ideológico”. En acuerdo Granados (2015, p.45), comenta

Pero el tratamiento habla por sí mismo a través de los años, el trabajo te llega solito, sin que vayas y lo busques, es un crecimiento que va saliendo, yo creo que las universidades son semilleros, y desde ahí, los que trabajan en las universidades deben hacerles ver la importancia del propio proceso, porque cuando no hay esto, quieren obtener una maestría fácil.

Como señalamos en el apartado anterior, las tres participantes reconocen la implicación de su persona como instrumento para el ejercicio profesional. En relación a este aspecto el formador (Comunicación personal anónima, septiembre, 2013) señala

El sentido tiene que ver con que en el campo del acompañamiento humano el terapeuta no sólo depende de su conocimiento teórico, técnico y metodológico sino fundamentalmente de la capacidad de elaborar su vida personal y profesional. (p.31).

En acuerdo, Casillas (2013), subraya

Es decir, estar muy consciente de quiénes somos y de cómo eso que somos se pone en juego en la interacción con los consultantes. Para trabajar el ámbito de lo personal, me parece indispensable el asistir a psicoterapia. (p. 29).

En otro aspecto, las colaboradoras manifiestan sentir bienestar personal al atender este eje de la formación, es considerado por ellas como un espacio que da contención, apoyo, fortaleza, esperanza, desarrollo en otros espacios, etc. En cuanto al bienestar encontramos que Fuentes (comunicación personal, diciembre, 2013) manifiesta

Y sí, sí se ven los cambios, empezamos a ver que la gente es más productiva, tiene mejores trabajos, empieza a tener relaciones más sanas, empieza a mostrar en su praxis una imagen más fresca, más contentos. No es la panacea, pero sí creo que el autoconocimiento de alguna manera es garantía de tu felicidad, de tu responsabilidad, de tus decisiones de vida. (p.63).

Ahora bien, las colaboradoras A y C, atienden problemáticas graves, lo que las lleva a experimentar diversas afectaciones físicas y emocionales. En afinidad Galfré y Frascino (2007), advierten que la tarea terapéutica, nos expone cotidianamente a interacciones teñidas de fuertes dosis de ansiedad, violencia, desorganización, desesperanza, etc. Por ejemplo, consultantes que se presentan con problemáticas cada vez más graves.

En conexión, la aportación de Granados (2015), es muy interesante

Los argentinos hablan de que trabajamos con material iatrogénico, de hecho “canceroso”, entonces si te estás enfrentando con material canceroso ¿con qué recursos los estás enfrentando?, tú tienes que estar protegido, tú tienes que saber cómo le vas hacer, y si no tienes un proceso personal, entonces se cometen muchos errores.

En la misma línea, Guy, Stark y Poelstra (1989), en una encuesta con 749 terapeutas miembros de la APA, encontraron que más del 44%, informaron haber experimentado angustia personal en los últimos tres años y casi 37%, dijo que esto había disminuido la calidad de la atención al paciente. Por otro lado Ackerley, Burnell. Holder y Kurdek, (1988) reportaron que de 546 psicólogos con licencia, más de un tercio informaron altos niveles de agotamiento personal y despersonalización, lo que con frecuencia se denomina extenuación. (Citado en Phares y Trull, 1999).

Estos datos nos permiten observar que los psicoterapeutas se pueden exponer a diversos materiales dañinos, que de no ser metabolizados adecuadamente, pueden generar en lugar de beneficios, perjuicios en su práctica profesional y daños en su salud física y emocional.

En estrecha relación las participantes A y C, señalan haber utilizado su espacio personal de psicoterapia para abordar algunas experiencias clínicas; resultando un espacio propicio para elaborar los afectos y efectos que éstas les producen. En este sentido se retoman algunas de las aportaciones inéditas de los formadores.

Santos (2014)

...Entonces, en primera instancia ganar conocimiento de uno mismo, saber dónde están los puntos fuertes, con qué situaciones trabaja uno bien, cuáles son las situaciones clínicas que le generan más ansiedad; si uno puede detectar por ejemplo que uno no puede trabajar con ciertas problemáticas específicas, poderlo reconocer es un ejercicio ético, de honestidad (es algo que en el psicoanálisis se le llama asumir la propia castración, lo que supone un intenso trabajo con el narcisismo propio).

Si uno no tiene ese trabajo hecho, se pueden hacer cosas verdaderamente abominables en la clínica, iatrogenias, se pueden proyectar sobre el paciente cosas que uno como terapeuta no quiere ver, uno puede ver al paciente como aquel que tendría que hacer cosas que el terapeuta no pudo hacer, cosas bastante deleznable de la clínica, si uno como terapeuta no está advertido de cuáles son las principales dificultades, conflictos internos. (p.51).

Fuentes (2013)

...En psicoanálisis para que el terapeuta pueda ser empático sin el riesgo de caer en la actuación o en el enactments, hacer cosas que no le corresponden. Y por otro lado también la salvaguarda personal, porque si yo me quedo todo cargado, todo angustiado del contenido que me depositó mi paciente y no lo puedo procesar porque se engancha o se traba con mis propios contenidos o mis formas de ser, voy a enfermarme, entonces el análisis personal también es un análisis didáctico de salvaguarda para uno, así yo voy y puedo hablar y analizar, y puedo entender, puede resignificar lo que mi paciente me depositó y que se enganchó con mis propios contenidos y entender eso y no enfermarme porque este trabajo si realmente lo haces a profundidad es un trabajo que implica y que requiere tu autoconocimiento, si lo haces al ahí se va, o te haces tonto de que estás escuchando al paciente pero estás pensando en no sé qué cosa, pues no necesitarías terapia, pero si realmente eres un profesionalista honesto que quiere entender a tu paciente, es necesario que primero tú te conozcas, que tú puedas tener la experiencia de estar del otro lado. (pp. 61-62).

Un aspecto central para esta investigación, es lo concerniente a las herramientas, aprendizajes o beneficios, que las colaboradoras reportan les ha otorgado el proceso personal de psicoterapia para su ejercicio profesional. En este aspecto las tres participantes identifican, múltiples recursos.

Por razones de tiempo, sólo se retomarán las aportaciones de algunos formadores que coinciden con las conclusiones generales, reportadas en las vivencias de las colaboradoras. Sin embargo encontré concordancia en aspectos particulares, así como puntos de vista que nos permiten ampliar y enriquecer nuestro panorama sobre el fenómeno, por lo que hago una cordial invitación a leerlas a detalle.

Continuando con este aspecto, las participantes coinciden por ejemplo, en que es una forma de acompañar o cuidar al consultante a través de la revisión de las propias experiencias, pues permite experimentar el lugar del consultante.

Al respecto encontramos las siguientes coincidencias:

Casillas (2013)

Nos ayuda como terapeutas estar del otro lado y tener la vivencia de ser consultante.

El experimentar en carne propia el CAMBIO, nos ayuda también a creer en la posibilidad de éste en la gente. Ese creer en el cambio es básico también en el trabajo que realizamos (p.29).

Camarena (2012)

Porque los alumnos deben comprender que existe una gran diferencia entre pensar las cosas y hacer las cosas, la psicoterapia te permite ese enlace. No se le puede pedir a otro que se conozca si tú no te conoces. Es la oportunidad de seguirse reconociendo

como humano con todas las posibilidades de cambio, tomarse el tiempo de verse a sí mismo para entender al otro, vivirse con todas las vicisitudes que esto implica.

Zohn (comunicación personal, junio, 2013)

Vivir la experiencia de ser un consultante, con todo lo que conlleva estar en la posición del que solicita la ayuda y plantea una situación problema a resolver. Vemos esto como parte importante de un proceso de formación, en donde nos interesa que los estudiantes volteen hacia sí mismos y experimenten las distintas dimensiones de un proceso de psicoterapia. (p.26).

Las colaboradoras A y B concuerdan en que:

- Evita introducir fallas en el ejercicio profesional, al revisar los aspectos personales.
- Evita proyectar aspectos personales en el consultante o interponer la propia persona en el proceso.
- Permite distinguir lo propio, de lo del consultante.

Al respecto los formadores señalan

Sánchez (2013)

En el acompañamiento psicoterapéutico a diferencia de otras prácticas como la contaduría, por ejemplo, la falta de madurez humana o el desconocimiento que el sujeto tenga de sí mismo le impide acompañar las vivencias de otros así como las encrucijadas existenciales. (p. 26).

Zohn (2013)

Trabajar con aquellos elementos de la propia situación personal que requieren de elaboración, clarificación y resolución, de manera que no se constituyan en obstáculos, para el trabajo como psicoterapeutas. Creemos firmemente que la congruencia del ser psicoterapeuta implica el compromiso personal de atender los asuntos personales que generan conflictos en las relaciones interpersonales y en general en el bienestar emocional del psicoterapeuta. (p.26).

Dorony (2013)

Por el solo hecho que es parte de una herramienta central en el proceso terapéutico que te permite manejar tus propias emociones y además acompañar el proceso del otro y que el otro no se transforme en pantalla de tu proyección como terapeuta y termines haciendo con el paciente un proceso que es en definitiva el del terapeuta proyectado en el paciente, no pudiendo escuchar, ver y sentir su necesidad y sufrimiento, ya que lo que el terapeuta ve es su propia necesidad y sufrimiento, no escuchando las del paciente.

Sirve, para que uno no se “pegue” o “enganche” a la situación y vivencia del otro aunque sea muy parecida o igual a la situación que vivió el terapeuta. Las vivencias y experiencias son únicas y singulares, es mantener separadas las vivencias y experiencias del terapeuta de las del otro que llega a consulta. Permite manejar desde el marco psicoanalítico la transferencia y la contratransferencia, identificando los propios fantasmas. Desde el humanismo poder diferenciar tu awareness de la del otro. Desde el constructivismo poder separar la construcción de la realidad del terapeuta, su subjetividad y la realidad del otro, así como su percepción y formas de construir, respetando su núcleo. (p. 32).

Santos (2014)

Yo creo que en primera instancia el conocimiento de sí. Yo creo que lo que decía Lacan era correcto cuando planteaba que la principal resistencia del proceso analítico es del analista, no tanto del paciente. Sabemos que el paciente se resiste a trabajar sus núcleos dolorosos por eso son inconscientes, pero si el terapeuta no tiene un buen

trabajo consigo mismo, esas resistencias van a aflorar en el trabajo clínico y no podrá escuchar cosas que él mismo no se ha podido decir, si uno trabaja bien consigo mismo, uno abre el camino para escuchar cosas que el otro no quiere saber de sí. (p.51).

La colaboradora B, señala que permite aprender a ceder el poder como psicoterapeuta, lo que se refleja en un trabajo en conjunto; en el mismo aspecto pero en otro sentido, la colaboradora C, declara que ayuda a tener claridad sobre el imaginario de poder, ilusión que empobrece en lugar de traer beneficios. En concordancia

Dorony (2013)

También sirve para manejar la omnipotencia del terapeuta y la necesidad de atención de sí mismo, aportando esto a lo anterior dicho en este punto. (p.33).

González (2013)

Habría dos posibilidades de que aun prefiriendo el cambio hacia actualizar mi Desarrollo Humano Sostenible no lo hiciera. Ambas conducen a la dicha falta de congruencia. Quien asume: "yo soy uno quien no tiene potencial para el DHS", se está colocando, decíamos, en una de dos posiciones: 1. "no tengo capacidad" o si se prefiere "tengo incapacidad", lo cual explicaría que no hubiese potenciales; de no ser así entonces se diría 2. "me considero 'acabado', 'finalizado', 'completo', sin falta."; vale decir en la posición del narcisismo, en la completud y por tanto sin potenciales. Solamente desde esas dos posiciones: incapacidad o narcisismo, se sostiene congruentemente la declaración: "yo soy uno sin potenciales" y por tanto sin asumir que requiero proceso propio. (p.37).

Pero si creo que remite mucho a estas ideas, entonces más bien me parece que el asunto va por el lado de la asunción, a lo mejor si queremos usar también términos religiosos, en sentido de la ¡humildad!, no tanto ¡voy a purificarme de los pecados!, ¡voy

a que me absuelvan de mis pecados!, sino más bien, ¡voy a asumir que soy un pecador como cualquier otro!, me parece que esa sería la noticia que daría un psicoterapeuta que va a terapia, por lo que estaría asumiendo, ejemplar y modélicamente. Es decir, sí esto es algo que a los seres humanos nos viene bien, por eso estoy yo acá, y por eso es que te invito a que estés acá, porque nos viene bien de verdad. (p.39).

Sabag (comunicación personal, diciembre, 2014) señala

Finalmente, no sé qué tanto se pueda hablar de un requisito, pero yo creo, que a un maestro, a un papá, a una mamá o a cualquier persona que tiene una función de liderazgo, que son autoridad, o que tienen poder sobre alguien, le beneficiaría un proceso psicoterapéutico. Eso estaría muy bien. Y te lo dicen médicos que han estado en terapia, que revisan su identidad como profesionales, que revisan su forma de comunicarse con los demás, la forma de ejercer el poder, repito, te dicen: “¡qué bueno que me estoy dando cuenta de esto!, ni cuenta me daba de cómo puedo abusar del poder, de cómo puedo transmitir una actitud inadecuada”.

Yo creo que a cualquier persona le sirve, pero sobre todo a las personas que ejercen poder sobre alguien. Ponerlo como requisito, sería algo bueno, que fuera requisito para cualquier profesión donde se ejerza poder, pero insisto, quitarle esta carga que implica el modelo médico. Verlo más como un proceso muy sofisticado de aprendizaje y de construcción de la propia identidad. (pp. 45-46)

Otro aspecto, es el señalamiento de las tres participantes, que advierten haber encontrado en sus entornos colegas que no atendieron a este eje de la formación. En relación, Flores (2013), expone, que llama la atención que aunque se habla de una gran aceptación ante esta experiencia, considerándola “positiva” o “esencial”. Se encontró que 10 encuestados en dos categorías, la reconocen como no necesaria o aconsejable, e incluso el 4% (5 de ellos) no habían estado en algún proceso personal, hasta el momento en que contestaron el cuestionario, porcentajes, que si bien son mínimos siguen presentes. En el país vecino Guy, Stark y Poelstra (1988) reportan en una encuesta con 749 terapeutas miembros de la APA, que 44% respondieron lo

concerniente a sus propios problemas personales. De estos últimos, 18% informó que nunca habían recibido alguna forma de terapia personal en ninguna ocasión. (Citado en Phares y Trull, 1999).

Parece que insiste esta percepción en nuestro medio, pues Fuentes (2013), expone

A mí se me hace de locura psicólogos que tienen 10, 15, 20, ¡30 años!, de trabajar con pacientes, que nunca han estado ellos en un proceso terapéutico ¿cómo entienden que le pasa al paciente? sabe ¿qué están haciendo? sólo ellos saben, porque aparte la supervisión es otro espacio que te permite protegerte, porque no trabajas en soledad, ni aislado, en la supervisión el grupo te ayuda a reflejarte y ver qué está pasando, qué estás haciendo. (p.62).

En información respecto a otros apoyos y recursos para la persona del psicoterapeuta, las colaboradoras A y C, enuncian: supervisión, compartir experiencias clínicas con pares, hacer notas del caso, la familia, amistades, la formación académica y otras actividades profesionales. Siguiendo a Chazenbalk (2004), marca como recomendable, contar con: trabajo en equipo, espacios de recreación, de descanso, implementación del humor, contar con una formación creativa, incluyendo la observación de sí mismo y de sus propias experiencias internas.

Finalmente, confrontar los hallazgos encontrados con otras investigaciones y postulados, me ha permitido ampliar el campo de comprensión sobre el fenómeno estudiado, permitiéndome explicar algunas de las experiencias vividas por los participantes.

CAP. 6 CONCLUSIONES Y REFLEXIÓN FINAL

“Ojos que nada ven, almas que nada entregan”

Carlos Pellicer Cámara (1941)

Este trabajo comenzó a germinar durante mi recorrido por la maestría en psicoterapia, en la que viví entre muchos aprendizajes, una consecuente movilización en mis saberes y emociones. Ante este “maremoto tectónico”, era imperioso, contar con un espacio de contención, ante la ansiedad e incertidumbre vivida. Esa parte constitutiva para mí, fue mi proceso de análisis personal, que dicho sea de paso, contaba ya con 9 años, al momento de iniciar la maestría. La elección del tema, surge porque entre las múltiples teorías, modos de intervención, el diálogo interdisciplinario, trabajo, atención a consultantes, supervisión, vida personal etc., teníamos que mirarnos a nosotros mismos para mantener a salvo al ser humano-psicoterapeuta, por lo que revaloré, mi proceso personal.

Ahora bien, en septiembre de 2014, cuando vislumbraba las palabras para transmitir el sentido total que tuvo para mí este trabajo, más allá de la obtención de un grado, ocurrían y se descubrían a nivel mundial, y en nuestro amado México, cosas terribles.

Hoy, ante los golpes que sufre nuestro querido país, ante la realidad diciendo cosas horribles, este trabajo cobra mucho más sentido a pesar del sin sentido. Porque el ser humano, parece ese diamante oculto en las profundidades de la desigualdad, de la injusticia, de las crisis económicas, de la ignorancia, del consumismo, de la apariencia física, del último gadget, de las relaciones virtuales, de la violencia, de la criminalidad

etc. Y no podemos permanecer ajenos. Hoy vivimos tiempos difíciles, pero también tiempos de reflexión. Renovemos las palabras que pronunció entre 1402-1472, un poeta del México antiguo, de delicada percepción sobre los fenómenos transitorios del mundo, Nezahualcóyotl

*Amo el canto del zenzontle,
pájaro de cuatrocientas voces.
Amo el color del jade
y el enervante perfume de las flores,
pero más amo a mi hermano: el hombre.*

En concordancia Savater (1999, p.85-86) expresa, “En realidad, la búsqueda de un “sentido” para la vida no se preocupa de la vida en general ni del “mundo” en abstracto, sino de la vida humana y del mundo en que nosotros habitamos y sufrimos”.

En nuestro campo, Trilles (2004), señala que el camino que va desde Wundt hasta nuestros días, hace patente cómo la psicología en su afán de ser considerada ciencia, perdió su objeto de estudio más propio: el ser humano.

Pero, ¿Qué nos queda una vez que lo hemos perdido?

¡Recuperar ese tesoro!, y entre mucho por hacer en diferentes ámbitos, nuestra disciplina nos invita a reforzar este eje de la formación, rescatar ese espacio personal para encontrar en él, una razón que dé sentido a nuestro quehacer profesional.

Con esta idea, surge mi intención de enfatizar este tema, como un encuentro que nos permite salir de nuestra mismidad limitada o bloqueada, tal como manifiesta Aida Aisenson (1982), un contacto, entre uno y otro, en un plano hondamente personal,

donde la relación yo – tú supone un contacto pleno, un presente vivido con suma intensidad, un acaecer espontáneo, un hecho de amor, sentimiento que en el plano moral es responsabilidad del yo por el tú.

Nuestra disciplina, desde la vivencia personal, posibilita la confrontación del ser humano consigo mismo, es como pararse ante un espejo, como expone Zepeda (1995), para captar lo que somos. La confrontación con nuestra imagen nos permite descubrir nuestros rasgos, ver con nuestros ojos lo que los demás ven de nosotros; y si hablamos ponemos en evidencia pensamientos, valores, conocimientos y sentimientos; pero de manera muy importante, al vernos reflejados podemos saber si nos agrada o no, la imagen que se presenta ante nuestros ojos. Pero también es un reto a la capacidad de “mover el espejo” para observar lo poco visible en nosotros, para darle sentido a nuestra vida.

Eso poco visible, quizá sean nuestros puntos ciegos, conflictos, nuestras resistencias, sufrimiento, nuestros demonios y fantasmas. Seguirá habiendo incertidumbre, sin sentido, pero tendremos la confianza de nosotros mismos que posibilitará un mejor acompañamiento de otros. Un encuentro que nos puede conducir hacia el auto-encuentro o nuevos encuentros en el mundo real, lo que es índice de cambio y vía de un progresivo crecimiento. Porque como advierte el escritor mexicano Carlos Pellicer Cámara, “Ojos que nada ven, almas que nada entregan”.

Ahora bien, esta investigación ha implicado un arduo y meticuloso trabajo, demandó el análisis de numerosas lecturas, búsqueda de nuevas fuentes y una gran inversión de tiempo. Sin embargo, me ha dejado una gran satisfacción personal, pues reafirmo entre

mis convicciones, que autoconciencia y autorresponsabilidad, deben caminar juntas hacia la responsabilidad universal, tal como Husserl lo creía, pues su foco central era el ser, consciente de su propio ser y de los otros seres (Citado en Cohen y Omery, 2013). A través de este estudio pude además descubrir, profundidad en los resultados, riqueza interpretativa, contextualización del entorno de nuestra disciplina y valoración de los detalles únicos de las experiencias vividas por las colaboradoras.

A continuación señalo las conclusiones a las que pude llegar con este estudio:

1. Luego de escuchar las descripciones vividas por las tres colaboradoras entrevistadas, pude valorar de manera profunda su sentir y sentirse sobre su proceso de psicoterapia personal, lo que me permitió confirmar la importancia de recuperar lo subjetivo, vivencial y existencial. Reitero que la única manera de tener una comprensión y penetración humana, sobre un fenómeno, es reconociendo la implicación en el significado que le dan quienes lo viven.
2. Constaté la consistencia del método fenomenológico y sus aportes al conocimiento de nuestra disciplina, siguiendo en la parte general a Martínez (1996); en la elección de la entrevista como técnica a Moreno (2014) y en la parte estructural a Giorgi (1985), con adaptaciones de Moreno (2015).
3. Recomendando en la etapa descriptiva, si es elegida como procedimiento la entrevista fenomenológica, realizar una entrevista piloto, que permita identificar posibles fallas en la aplicación de la técnica y prever otras dificultades que pudieran presentarse en el proceso de comunicación. Al respecto Moreno (2014), ofrece orientaciones pertinentes y muy valiosas, sobre su aplicación.

4. Dada la dificultad para establecer categorías y subcategorías, porque las descripciones pueden pertenecer a varias de ellas, y reconociendo la importancia de identificar grupalidades con sentido. Se recomienda redefinirlas una vez que se tengan todas las entrevistas y puedan confrontarse, pese a que se hagan borradores al discriminar las unidades de significado de cada una de ellas. Pues el tener sentido de totalidad, permite una visión relacional completa del estudio.
5. En cuanto a la ambigüedad en la formación especializada profesional del psicoterapeuta, y a la no petición del requisito de contar con un proceso de psicoterapia personal, como sostén para el ejercicio profesional, considero preocupante, que en algunas organizaciones, la formación esté sustentada, más que por aspectos epistemológicos, teóricos, técnicos y éticos, en políticas institucionales.
6. Encuentro necesario, seguir trabajando en buscar formas de regular la formación mínima, para formarse como psicoterapeuta.
7. Se enfatiza la importancia del trípode tradicional como soporte en la formación de psicoterapeutas.
8. Acuerdo con todos los formadores entrevistados, que el proceso personal de psicoterapia, conlleva beneficios personales y profesionales. En resonancia Ávila-Espada (2012) manifiesta que en la formación integral del psicoterapeuta debe ocupar un lugar principal la realización de su propia psicoterapia personal, en la cual el psicoterapeuta pueda identificar sus dificultades personales,

reconocer sus conflictos, problemáticas y sufrimiento psíquico, y aprender a manejarlos de manera adecuada, de forma que el conocimiento y control de sus propios problemas haga posible que su implicación personal en los procesos de ayuda, inevitable en un grado u otro, tenga un efecto saludable para todos los partícipes.

9. Una vez sometida a prueba la hipótesis sobre los beneficios de contar con un proceso de psicoterapia personal en psicoterapeutas, encontré evidencia empírica que confirma en gran medida, la reciprocidad sobre los beneficios, entre la literatura, las respuestas de los formadores y las experiencias vividas por las colaboradoras. Pese a ello, considero substancial identificar las particularidades y rescatar la subjetividad de cada una de las realidades que convergen en todos los actores.
10. Considero un hecho, que la responsabilidad sobre este eje de la formación en los formandos, no se da por generación espontánea, por lo que es indispensable fomentar en las instituciones formadoras de psicólogos, psicoterapeutas y psicoanalistas, a través de talleres, conferencias, foros, paneles, mesas de reflexión, construcción de redes sobre temáticas psi, coloquios con otras instituciones etc., la importancia de la persona del psicoterapeuta o psicoanalista como instrumento.

A este respecto, fue muy grato enterarme que el Círculo Psicoanalítico Mexicano tuvo a bien llevar a cabo, en abril de 2014, dos mesas de discusión tituladas: Pensando y confrontando posiciones en la diversidad sobre “El análisis del analista”, en la que se invitó a miembros de distintas instituciones del campo

psicoanalítico a dialogar sobre el tema. Me sentí acompañada al saber que al menos, algunos más, compartían su preocupación, sobre uno de los temas ejes de la formación, y sin embargo, uno de los más espinosos y vulnerables, por los variados cuestionamientos sobre el proceder de las, o algunas instituciones, ante la solicitud del requisito. Me impactó saber que la convocatoria según refirieron los ponentes, se debía a la preocupación de varios de ellos y de sus colegas, entre ellos la presidenta del CPM María Alejandra De la Garza Wallister, que percibían, carencia de análisis, en psicoanalistas formados y en formación, lo que implica que muchos de estos analistas, como sabemos, analizan a los candidatos en formación. No se trata entonces, sólo de los formandos, sino además de los formadores, es decir, ¡es un asunto de todos!

De la Garza (2014), señala como enemigo común en el desarrollo del psicoanálisis, a la sordera, la tendencia al monólogo y la generación de discursos cerrados y endogámicos; reiteraciones sobre los mismos temas; el elevar los textos psicoanalíticos a un nivel de lo sagrado o lo intocado (sea cual sea el autor); pues considera empobrece la práctica de la estructura de la experiencia analítica.

Además se plantearon, los aspectos en los que ven esas carencias, en donde no dejó de insistir, la presencia de un narcisismo descomunal en muchos de estos profesionistas. Esta percepción, me hizo recordar el testimonio de la colaboradora C, cuando señala el imaginario de poder de algunos de sus compañeros, que sacan su credencial de X institución, cuando los para el tránsito por ejemplo. Sin embargo, acá encontramos que muchas asociaciones,

formadores y formandos, no habiendo reconocido desde el análisis profundo, la asunción de la castración, presentamos nuestras credenciales de asistir o haber asistido a un proceso psicoterapéutico o analítico con X persona que es “la mejor de León”, o bien de pertenecer a tal o cual institución que es la única que ofrece una formación “seria”, o sentir que sólo puedo aprender de quienes tienen “grados en el extranjero”, o que sólo puedo dialogar con los de mi propia disciplina porque sólo nosotros tenemos la “verdad absoluta” etc. Indudablemente en este asunto no hay respuestas acabadas, ni tampoco hay garantías. Empero, una posible respuesta es la autoobservación, la autoconciencia y la invitación a un diálogo interdisciplinario, interprofesional e interinstitucional, para buscar, al menos, reflexionadas formas de regular y evidenciar el requisito sobre este eje de la formación, lo que no implica que será una decisión irrevocable, sino en potencial de ser mejorada y en constante evaluación.

Esperanza Pérez de Pla, en la segunda mesa de discusión del CPM. Advierte que el verdadero análisis del analista, no es el llamado “análisis didáctico”, pues éste, puede ser vivido como un requisito y es más fácilmente capturado por trampas e imaginarios, como lo pueden ser: identificaciones excesivas, idealización del analista etc., convirtiéndose incluso, en una meta, obturando el conocimiento de lo inconsciente. Declara que sólo hay un psicoanálisis, y que el análisis didáctico no es más importante o profundo, implica solamente que al trípode se le agrega una “cuarta pata”, la de la propia institución, que impide el encuentro entre el analista y el analizado. Esas metas en las que se puede

convertir son: el poder, el autoritarismo y la búsqueda propositiva de la continuidad del analista y sus hijos: las filiaciones. Especifica que lo que importa realmente, pasa por la escucha de lo inconsciente y el develamiento del deseo, con todo lo que nos aleje de la transferencia imaginaria y nos permita enfrentarnos con cambios en la posición subjetiva. El análisis del analista suele confundirse con el análisis institucional, marcado por sus frecuentes problemas de verticalidad, autoritarismo e incluso agresividad. Concluye que el psicoanalista debe ser creativo para evitar los dogmas y para poner en duda las certezas, y la institución toda, requiere generar espacios de duda creativa. Esta apertura es imprescindible para las nuevas generaciones.

Finalmente, encontré en esta reunión, un esfuerzo muy plausible, por dialogar, estemos o no de acuerdo con todos los argumentos que ahí se presentan. Habrá que incorporar además, la escucha a las psicoterapias, incluyendo desde luego la escucha de éstas al psicoanálisis, al que se critica con mucha frecuencia, sin conocerlo a profundidad.

11. Quedan muchas preguntas por reflexionar, sobre este eje de la formación, algunas de ellas:

- ¿Es conveniente que el propio proceso, se lleve a cabo en el enfoque en el que se está formando? ¿Facilita aprender el dispositivo?
- ¿Se recomienda un seguimiento puntual para constatar la asistencia de los formandos?

- ¿Es válido solicitar la experiencia personal como requisito?
- ¿La psicoterapia personal del terapeuta, no debe ser impuesta, ni en el método, ni en la frecuencia?
- ¿El psicoterapeuta en formación decidirá el momento adecuado para realizar su psicoterapia o análisis personal? ¿Y si decide no tomarlo?
- ¿El psicoterapeuta en formación elegirá libremente su psicoterapeuta o analista sin especiales restricciones? Respetar las transferencias con todo y sus implicaciones.
- ¿Qué otras maneras podemos encontrar para regular este eje?
- ¿La finalidad de un proceso personal es el aprendizaje de modos de intervención o el acercamiento con el propio mundo interno?

12. Finalmente me sorprendió, la cantidad de escritos sobre teoría, técnica y supervisión en este campo, y la muy pobre argumentación sobre este eje de la formación, por lo que invito a los formadores a multiplicar sus escritos sobre este ineludible elemento.

Reflexión final

Confío, en que después de acercarnos a la comprensión genuina sobre la psicoterapia para psicoterapeutas, a través de las descripciones detalladas, de las tres colaboradoras entrevistadas; de conocer los hallazgos encontrados y confrontarlos con otras investigaciones y postulados; y de leer las meritorias aportaciones de los formadores. Los psicoterapeutas en formación y en ejercicio, nos interroguemos sobre nuestros supuestos y tomemos conciencia acerca de nuestra implicación como instrumento; e invito a los formadores que son agentes de cambio en la construcción de la práctica clínica, y pese a la gran diversidad de opiniones (algunas de ellas que parecen irreconciliables) a estar advertidos de que todo conocimiento, todo enfoque, conlleva el riesgo del error y de la ilusión. Parafraseando a Morin (1999), "La formación en psicoterapia" debe afrontar el problema desde estos dos aspectos: error e ilusión. El mayor error sería subestimar el problema del error; la mayor ilusión sería subestimar el problema de la ilusión. El reconocimiento del error y de la ilusión es tan difícil que el error y la ilusión no se reconocen en absoluto.

Fomentemos el diálogo entre las diferentes perspectivas, no caigamos en los errores intelectuales que advierte Morin (1999)

Nuestros sistemas de ideas (teorías, doctrinas, ideologías) no sólo están sujetos al error sino que también protegen los errores e ilusiones que están inscriptos en ellos. Forma parte de la lógica organizadora de cualquier sistema de ideas el hecho de resistir a la información que no conviene o que no se puede integrar. Las teorías resisten a la agresión de las teorías enemigas o de los argumentos adversos. Aunque las teorías científicas sean las únicas en aceptar la posibilidad de ser refutadas, tienden a

manifestar esta resistencia. En cuanto a las doctrinas, que son teorías encerradas en sí mismas y absolutamente convencidas de su verdad, éstas son invulnerables a cualquier crítica que denuncie sus errores. (p.6).

La implicación como instrumento no se puede enseñar en las instituciones formadoras con lecciones de moral o solamente expresando su necesidad desde el discurso. Ésta debe construirse fomentando la conciencia crítica, mostrando apertura al diálogo, respetando la diversidad, reflejando una constante autoevaluación, evitando con la reflexión y la autoobservación, la ceguera intelectual.

Zohn, Gómez y Enríquez (2013) plantean

Uno de los retos de la formación de psicoterapeutas en clave de interdisciplinariedad tiene que ver con formar profesionales abiertos, con capacidad para incorporar diferentes miradas, diferentes formas de comprender los problemas, con habilidad para establecer un diálogo permanente entre enfoques teórico- metodológicos, la práctica y la vivencia del consultante: profesionales con capacidad de incorporar conocimientos de visión de otras disciplinas sociales, de artes y de la filosofía.

Cuando se ponen en juego esas múltiples miradas, a los sujetos en formación les implica la capacidad de atender a la interioridad de la persona, pero al mismo tiempo mantener la perspectiva amplia de su contexto, así como la situación del propio terapeuta y su implicación (p.15).

El diálogo es la fuerza constructora del futuro, pues este constituye una herramienta indispensable para generar el cambio, para aprender, desaprender y volver a aprender, para tirar los muros entre los diferentes enfoques psicoterapéuticos, entre asociaciones y universidades y crear espacios que nos permitan pensar, argumentar, problematizar, acordar, refutar, reflexionar, aceptar la crítica, contribuir y construir. Ante la necesidad

de ampliar la comprensión de la hipercomplejidad, no podemos permanecer aislados, fomentando errores, ilusiones y cegueras.

Sólo un aprendizaje dialógico, es decir igualitario, en que diferentes personas presentan sus argumentos, asumiendo el riesgo del error y la ilusión de sus perspectivas, en actitud humilde, respetuosa y receptiva y no de poder, es que este diálogo conllevará a un importante potencial de transformación de las ciencias de lo humano. Asumamos el reto, la invitación es: **DIALOGUEMOS**

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abad Pascual, J. J y Díaz Hernández, C. (2004). *Historia de la Filosofía*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Aguirre García, J. C y Jaramillo Echeverri, L. G. (2012). Aportes del método fenomenológico a la investigación educativa. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 2 (8), 51-74.
- Aisenson Kogan, A. (1982). Encontrarse encontrarnos. *Revista Acta psiquiátrica y psicológica de América Latina*, 28, 111-123.
- Aleman Briz, C. (2006). El cambio terapéutico en la psicoterapia experiencial de E. T. Gendlin. Miscelánea Comillas: *Revista de Ciencias Humanas y Sociales*. 64 (125). 503-528.
- Atlas Universal de Filosofía. (2004). *Manual didáctico de autores, textos, escuelas y conceptos filosóficos*. Barcelona: Océano.
- Ávila Espada, A. (2012). Los significados de formarse como psicoterapeuta en el siglo XXI. Algunas reflexiones. Trabajo presentado en su primera versión en el 13 Congreso Virtual de Psiquiatría y Neurociencias, Febrero 2012, (<http://www.interpsiquis.com/>) en la mesa redonda organizada por FEAP, moderada por Antón del Olmo Gamero y titulada “La especificidad de la formación en psicoterapia para FEAP”.

- Banega, H. (2010). Álvarez, E. (Productor General), Álvarez, R. (Guionista). Edmund Husserl. Parte 1, 2 y 3. *Serie Grandes Filósofos*. Buenos Aires: Canal (á). Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=Z0n7FZvTexE>; <https://www.youtube.com/watch?v=e-PbyNV05EI> <https://www.youtube.com/watch?v=Y5Db4ILrPE0>
- Barceló, T. (2007). Carl R. Rogers y Eugene T. Gendlin: la relación que configuró un nuevo paradigma. En Alemany Briz, C. (Ed.). *Manual práctico del focusing de Gendlin*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.
- Bayle, F. (2001). *Louvre. Guía de visita*. París: Artlys.
- Buchholz, E. L. (2005). *Leonardo da Vinci*. Minilibros de arte. Barcelona: Könemann.
- Bugental, J. F.T. (1963/1990). La persona que es el psicoterapeuta. En Lafarga, J y Gómez del campo, J. (Comp.). *Desarrollo del potencial humano: aportaciones de una psicología humanista. Volumen 2*. México: Trillas.
- Campos García, J. E, Bezanilla Sánchez Hidalgo, J. M, Pérez Corona, O. C, Delgado, J. M y Martínez Villareal, J. A. (2012). Fenomenología y psicología fenomenológica. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 14 (2), 11-31. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80225867004>
- Camus, A. (1942/2006). *El mito de Sísifo*. Madrid: Alianza Editorial.
- Caro García, C. (2007). Entre Gendlin y Greenberg: persona y cambio vivencial en Psicoterapia Experiencial y de Proceso. En Alemany Briz, C. (Ed.). *Manual práctico del focusing de Gendlin*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

Camarena, J. (2012). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores.*

Casillas Arista, E. C. (2013). El diálogo interdisciplinario como punto de partida en el trabajo psicoterapéutico: mirada de una psicoterapeuta. En Zohn Muldoon, T, Gómez Gómez, E. N y Enríquez Rosas, R. (Coord.) *Psicoterapia Contemporánea: dilemas y perspectivas*. Guadalajara: ITESO: Universidad de Guadalajara; León: Universidad Iberoamericana, Plantel León; Puebla: Universidad Iberoamericana Puebla: Psicoterapia y Diálogo Contemporáneo.

_____(2013). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores.*

Chazenbalk, L., Mammi, K., Nachman, C., Parera, M., Reizes, M y Arcushin, O. (2004). La incidencia del self del terapeuta en el proceso terapéutico. *Psicodebate 3. Psicología, cultura y sociedad*, 107-116.

Cohen, M. Z y Omery, A. (2003). Escuelas de fenomenología: implicaciones para la investigación. En Morse, J. M. (Ed). *Asuntos críticos en los métodos de investigación cualitativa*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquía: Facultad de Enfermería de la Universidad de Antioquía.

Comunicación personal anónima. (2013). *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores.*

Cortázar, J. (1963). *Rayuela*. Buenos Aires: Editorial Sudamericana.

Coronado Reyes, L. (2014). *Aspectos personales de un grupo de psicoterapeutas de León Guanajuato, a partir de su formación especializada, su experiencia profesional y su apreciación del propio desarrollo personal*. (Tesis inédita de maestría). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Tlaquepaque, Jalisco, México.

Costa, M. (2006). La propuesta de Merleau-Ponty y el dualismo mente/cuerpo en la tradición filosófica. *A Parte Rei. Revista de filosofía*, 47, 1-7. Recuperado de <http://serbal.pntic.mec.es//AparteRei/>

Cruz Fernández, J. P. (2009). Enfoque Estratégico y Formación de Terapeutas. *Terapia psicológica*, 27 (1), 129-142.

Dantas Guedes, D y Moreira, V. (2009). El Método Fenomenológico Crítico de Investigación con Base en el Pensamiento de Merleau-Ponty. *Terapia psicológica*, 27 (2), 247-257. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=78511847010>

De la Garza Wallisser, A. (2014). *Pensando y confrontando posiciones en la diversidad sobre. El análisis del analista*. México: CPM. Mesa 1. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=zDjvvVshgSM>; Mesa 2. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=DxDJCyfmRs>

Diccionario Enciclopédico Larousse. (2009). México: Larousse Editorial. Recuperado de <http://es.thefreedictionary.com/vivencia>

Diccionario enciclopédico Quillet. (1985). (Vols. I-XII) México: Editorial Cumbre.

Dorony Saturno, L. M. (2013). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores.*

Dupont, M. A., Enciso de Chevall, C., Florez Arzayús. H y Mekler, S. (1976). La personalidad terapéutica: Análisis de un concepto básico en psicoterapia. *Revista Cuadernos de Psicoanálisis*, 9 (3 y 4), 24-52/36-57.

El mundo del arte. Autores, movimientos y estilos. (2003). Barcelona: Océano grupo editorial.

Equihua Márquez, O. J. (2014). *Características generales de la vida personal de un grupo de psicoterapeutas que ejercen en la ciudad de León Guanajuato.* (Tesis inédita de maestría). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Tlaquepaque, Jalisco, México.

Etchegoyen, R. H. (2002). *Los fundamentos de la técnica psicoanalítica.* Buenos Aires: Amorrortu.

Ferrater Mora, J. (1986). *Diccionario de filosofía.* (Vols.1-4) Barcelona: Alianza Editorial.

_____(1998). *Diccionario de filosofía abreviado.* Buenos Aires: Editorial Sudamericana.

Figueroa. C. G. (2008). La psicología fenomenológica de Husserl y la psicopatología. *Rev Chil Neuro-Psiquiat*, 46 (3), 224-237. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=331527713008>

Flores Amézquita, J. (2013). *Experiencia psicoterapéutica personal, orientación teórica y apreciación del desarrollo profesional de un grupo de psicoterapeutas de León,*

Guanajuato. (Tesis inédita de maestría). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Tlaquepaque, Jalisco, México.

Freud, S. (1910). Las perspectivas futuras de la terapia psicoanalítica. *Tomo. XI. Obras completas*. James Strachey (Tr.). (1997 Ed.) Buenos Aires: Amorrortu.

----- (1912). Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico. *Tomo. XII*.

_____. (1937). Análisis terminable e interminable. *Tomo. XXIII*.

Fuentes Martínez, M. E. (2013). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores*.

Gachuzo Contreras, G. A. (2011). *La vivencia de dos profesionales de la psicología con relación al sufrimiento emocional*. (Tesis inédita de maestría). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Tlaquepaque, Jalisco, México.

Galfré, O y Frascino, M. G. (2007). La importancia del trabajo con la persona del terapeuta. *Perspectivas sistémicas la nueva comunicación*. Recuperado de <http://www.redsistemica.com.ar/galfre2.htm>

García Morente, M. (1980). *Lecciones preliminares de filosofía*. México: Editorial Porrúa.

Gibellini, R. (1998). *La teología del siglo XX*. Bilbao: Editorial SAL TERRAE. Santander.

- Giddens, A. (2000). *Un mundo desbocado. Los efectos de la globalización en nuestras vidas*. México: Taurus.
- Giorgi, A. (1985). *Phenomenology and psychological. Research*. Pittsburgh: Duquesne University Press.
- González Echeverría, A. (2003). *Crítica de la singularidad cultural*. Barcelona: Anthropos editorial; México: UAM - Iztapalapa.
- González García, J. (2013). El diálogo, más allá del conflicto y la esperanza. En Zohn Muldoon, T, Gómez Gómez, E. N y Enríquez Rosas, R. (Coord.) *Psicoterapia Contemporánea: dilemas y perspectivas*. Guadalajara: ITESO: Universidad de Guadalajara; León: Universidad Iberoamericana, Plantel León; Puebla: Universidad Iberoamericana Puebla: Psicoterapia y Diálogo Contemporáneo.
- _____(2013). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores*.
- González Regadas, E. M. (2010). Sin psicoterapia no hay psicoterapeuta. Sin psicoterapeuta no hay institución. La psicoterapia del psicoterapeuta y su relación con los marcos institucionales. *Primera actividad científica de FUPSI sede de SUPA*. Recuperado de <http://gestaltmedicina.com/PonenciaJornada.pdf>
- Gran Diccionario Enciclopédico Visual*. (1998). (Vols. 1-12) Barcelona: Océano.
- Granados Vera, T. (2015). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores*.

- Greenberg, L., Rice, L y Elliot, R. (1996). *Facilitando el cambio emocional. Proceso terapéutico punto por punto*. Barcelona: Paidós.
- Gutiérrez Sáenz, R. (1999). *Historia de las doctrinas filosóficas*. México: Esfinge.
- Hirschberger, J. (1986). *Historia de la Filosofía. Tomo II*. Edad Moderna, Edad Contemporánea. Barcelona: Herder
- Lira Mendiola, G. L. (2014). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores*.
- Lomelli Pérez, Z. (2005). Entendiendo las vivencias de infecciones de transmisión sexual. *Revista Comportamiento*, 7 (2), 5-7. Recuperado de http://www.comportamiento.dsm.usb.ve/revista/vol_7_2/perez2005.pdf
- López Medina, L. (2010). La otra cara de la terapia: La vida personal del psicoterapeuta. *Revista Electrónica de Psicología Social "Poiésis"*. 7, 1-10.
- López Sáenz, M. C. (2002). Merleau-Ponty: Filosofía como fenomenología. Consecuencias para las ciencias humanas. *La lámpara de Diógenes. Revista semestral de filosofía*, 3 (6), 51-57, Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/844/84430606.pdf>
- Marí. R., Bo. R y Climent. C. (2010) Propuesta de análisis fenomenológico de los datos obtenidos en la entrevista. UT. Universitat Tarraconensis. *Revista de Ciències de l'Educació*, ISSN 1135-1438, 113-133, Recuperado de <http://pedagogia.fcep.urv.cat/revistaut/revistes/juny10/article07.pdf>

- Marías, J. (1941). *Historia de la filosofía*. Madrid: Hunab ku. Proyecto Baktum.
- Martínez Miguélez, M. (1996). *Comportamiento humano. Nuevos métodos de investigación*. México: Trillas.
- _____(2010). Bases de la epistemología a comienzos del siglo XXI. *Revista IIPSI*. Facultad de Psicología. UNMSM, 13 (1). 173-196.
- Merleau-Ponty, M. (1945). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Planeta-Agostini.
- Mojica García, E. G. (2014). *Una investigación sobre la práctica de la psicoterapia actual en la ciudad de León, Guanajuato*. (Tesis inédita de maestría). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Tlaquepaque, Jalisco, México.
- Montalvo Cerpa, T. (2011). *La Vivencia de dos Estudiantes de Psicología con Relación al Sufrimiento*. (Tesis inédita de maestría). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Tlaquepaque, Jalisco, México.
- Moreira, M. A. (2008). Organizadores previos y aprendizaje significativo. *Revista Chilena de Educación Científica*. 7 (2), 23-30.
- Moreno López, S. (2009). *Descubriendo mi sabiduría corporal. Focusing*. Guadalajara: Focusing México.
- _____(2014). La Entrevista Fenomenológica: una Propuesta para la Investigación en Psicología y Psicoterapia. *Revista da Abordagem Gestáltica - Phenomenological Studies*, XX (1), 71-76.

- _____(2015). *Aportaciones al Método de Análisis de Amedeo Giorgi*. (Documento de circulación interna Maestría en Psicoterapia). Tlaquepaque, Jalisco: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Departamento de salud, psicología y Comunidad.
- Morin, E. (1990). *Introducción al Pensamiento Complejo*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- _____(1999). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. París: UNESCO.
- Oróstegui, Hernández. P. A. (2008). Análisis didáctico y supervisión. *Revista de la asociación psicoanalítica colombiana sociedad componente de la asociación psicoanalítica internacional. Psicoanálisis*, XX (2), 135-137.
- Phares, E. J y Trull, T. J. (1999). *Psicología clínica. Conceptos, métodos y práctica*. México: Editorial el Manual Moderno.
- Paulín, G, Horta, J y Siade, G. (2009). La vivencia y su análisis: consideraciones breves sobre las nociones objeto-sujeto en el universo discursivo del mundo cultural. *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*, LI (205). 15-35.
- Paz Lozano, O. (1958). *La estación violenta*. México: Fondo de cultura económica.
- Pellicer Cámara, C. (1941/1964). *Material poético*. México: UNAM.
- Pimienta Prieto, J. (2012). *Estrategias de enseñanza- aprendizaje. Docencia universitaria basada en competencias*. México: Pearson Educación.

- Pope, K. S, Tabachnick, B. G. (1994). Therapists as patients: A national survey of psychologists' experiences, problems and beliefs. *Professional Psychology. Research and Practice. American Psychological Association*, 25 (3), 247- 258.
- Poveda Ariño, J.M. (1991) Vivencia. *Gran Enciclopedia Rialp*: Ediciones Rialp.
- Ray, M. A. (2003). La riqueza de la fenomenología: preocupaciones filosóficas, teóricas y metodológicas. En Morse, J. M. (Ed). *Asuntos críticos en los métodos de investigación cualitativa*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquía: Facultad de Enfermería de la Universidad de Antioquía.
- Rogers, Carl. (1965/1996). La relación terapéutica. Investigaciones y teorías recientes. En Lafarga, J y Gómez del campo, J. (Comp.). *Desarrollo del potencial humano: aportaciones de una psicología humanista. Volumen 3*. México: Trillas.
- Sabag Ordaz, C. S. (2014). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores*.
- Sampieri Hernández, R., Collado Fernández, C y Lucio Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill. Interamericana.
- Sánchez Sosa, J. J. (2012). Aspectos Contemporáneos de la regulación de la Psicoterapia y el Consejo Psicológico en México. *Conferencia magistral por invitación en el Congreso Nacional de la Asociación Mexicana de Psicología Clínica y de la salud*, celebrado del 18 al 21 de abril de 2012 en Acapulco, Guerrero, México.

Sánchez Villaseñor, J. (2007). *Pensamiento y trayectoria de Ortega y Gasset*. México: Universidad Iberoamericana.

Santos Rendón, J. (2014). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores*.

Sassenfeld Jonquera, A y Moncada Arroyo, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista - existencial. *Revista psicología de la Universidad de Chile*, XV (1), 91-106. Recuperado de <http://www.revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/viewFile/17146/17874>

Savater, F. (1999). *Las preguntas de la vida*. Barcelona: Ariel.

Serullaz, M y Pouillon, C. *Museo de Louvre. Grandes museos del mundo*. Barcelona: Océano grupo editorial.

Soto Hernández, G. (2006). Seréis como dioses. *Terapia para terapeutas*. Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos79/sereis-dioses-terapia-psicoterapeutas/sereis-dioses-terapia-psicoterapeutas2.shtml>

Terencio Africano, P. (165 a. C). *El atormentador de sí mismo*. Introducción, versión y notas: Del Col, J.J. Terencio: Heautontimorumenos. Recuperado de http://juan23.edu.ar/delcol/pdf/terencio_heautontimorumenos.pdf

Trilles Calvo, K. P. (2004). Psicología fenomenológica. Un análisis existencial de la existencial de la alucinación desde Maurice Merleau-Ponty. Δαίμων. *Revista de*

Filosofía, 32, 117-130. Recuperado de
<http://revistas.um.es/daimon/article/view/15141/14601>

Vargas Guillen, G. (2004). Psicología y fenomenología trascendentales en el proyecto de la Inteligencia Artificial. *Revista de Filosofía*. XLII (106-107), 105-118.

Velilla, M. A, com. (2002). *Manual de iniciación pedagógica al pensamiento complejo*. Colombia: Instituto colombiano de fomento de la educación superior; Corporación para el desarrollo Complexus; ICFES/UNESCO.

Villanueva Barreto, J. (2012). La epojé y la reducción como acceso a la vida. *Letras*, 83 (118), 213-232)

Wiseman, H y Egozi, S. (2006). Personal therapy for Israeli school counselors: Prevalence, parameters, and professional difficulties and burnout. *Psychotherapy Research*, 16 (3), 332-347.

Zepeda Herrera, F. (1995). *Introducción a la psicología*. Una visión científico humanista. México: Pearson Educación.

Zermeño Zuazo, G. (2011). *Vivencia de su situación de vida de dos personas diagnosticadas con depresión mayor, internadas en un hospital psiquiátrico en Guadalajara*. (Tesis inédita de maestría). Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, Tlaquepaque, Jalisco, México.

Zohn Muldoon, T y Moreno López, S. (2008). El sanador herido. *Revista Mirada*, Año 7 (26).4-11.

- Zohn; Gómez y Enríquez. (2013). Introducción. En Zohn Muldoon, T, Gómez Gómez, E. N y Enríquez Rosas, R. (Coord.) *Psicoterapia Contemporánea: dilemas y perspectivas*. Guadalajara: ITESO; Universidad de Guadalajara; León: Universidad Iberoamericana, Plantel León; Puebla: Universidad Iberoamericana Puebla: Psicoterapia y Diálogo Contemporáneo.
- Zohn, T. (2009). Historia familiar y desempeño profesional en psicoterapia. *REDES. Revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales*, 22 (2), 97-106.
- _____(2013). Comunicación personal. *Entrevista sobre el requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: La visión de los formadores*.
- Zumalabe, J. (2000). Acerca de la fenomenología de E. Husserl a la psicología de la conciencia. *Revista de historia de la psicología*, 21 (1), 69-90.

Anexo 1

Formato de consentimiento informado, que fue firmado por las colaboradoras

Mes/ Año

Por medio de la presente, expreso mi consentimiento y doy mi autorización a la Lic. Beatriz Adriana Martínez Domínguez, para que lo que hablé en la entrevista que me realizó, pueda ser integrado y publicado en el Trabajo de Obtención de Grado sobre la “Vivencia sobre el propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce la profesión de psicoterapeuta”.

Entiendo que la entrevista será de utilidad para obtener el grado de Maestría en psicoterapia, que la interesada cursó en el ITESO, en vinculación con la Universidad Iberoamericana León, por lo que el contenido de la misma puede ser consultado para fines de investigación o asesoría en psicoterapia.

Tengo claridad de que se omitirá mi nombre y datos personales que puedan llegar a revelar mi identidad, con el fin de mantenerme en el anonimato, y que estas cartas y otros datos serán guardados confidencialmente.

Estoy informado (a) de que puedo modificar esta decisión y suspender mi autorización, notificándola a la afectada con anticipación, pues soy consciente que una vez que sea presentado el estudio en el examen recepcional será difícil eliminar mi entrevista.

Atentamente

Anexo 2

Formato de consentimiento explícito firmado por los formadores (Respuesta vía e-mail)

Mes/ Año

Por medio de la presente, doy mi consentimiento explícito firmado, a la **Lic. Beatriz Adriana Martínez Domínguez**, para que la respuesta que le envié, vía correo electrónico, sobre “El requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: la visión de los formadores”, pueda ser integrado y publicado en el Trabajo de Obtención de Grado: **“Vivencia sobre el propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce la profesión de psicoterapeuta”**. La petición responde, a que las citas de entrevistas o comunicación personal que se consideran facilitan información esencial, que no se halla disponible en fuentes públicamente accesibles, contienen el nombre de la persona y la fecha de la comunicación. Por lo que se considera necesario que en los artículos científicos o académicos formales, que citen una entrevista o comunicación personal, se obtenga la autorización por escrito.

Por lo anterior descrito, confirmo que respondí a las preguntas: ***¿Cómo comprendemos y explicamos “el requisito” de estar en un proceso psicoterapéutico personal, o iniciarlo al mismo tiempo que se inicia la participación en la formación como psicoterapeuta? (quiénes lo solicitan, cómo lo solicitan, qué argumentos se tienen, por qué y para qué se solicita, es decir qué se espera de este requisito, para qué sirve)***. Así mismo, declaro que las respuestas que di al cuestionamiento constituyen mi opinión personal. Ratifico que mi respuesta, tras un tiempo de distancia, de la fecha en que la expedí, a fechas más recientes, me fue enviada para su revisión y corrección en caso de que fuera necesario: cambiar mi opinión, clarificar, ampliar, dar sentido a una idea etc., y con el fin de dar mi autorización para su publicación. Estoy enterada que en

el documento público del Trabajo de Obtención de Grado aparecerá mi nombre, el mes y año en que revisé mi respuesta para su publicación y la institución formadora en la que participo o he participado.

Entiendo que la información será de utilidad para que la Lic. Martínez obtenga el grado de Maestría en Psicoterapia, que ella cursó en el ITESO, en vinculación con la Universidad Iberoamericana León, por lo que el contenido puede ser consultado para fines de investigación o asesoría en psicoterapia.

Atentamente

Anexo 3

Formato de consentimiento explícito firmado por los formadores (Entrevista personal)

Mes/ Año

Por medio de la presente, doy mi consentimiento explícito firmado a la Lic. Beatriz Adriana Martínez Domínguez, para que lo que hablé en la entrevista que me realizó, sobre “El requisito del proceso personal de psicoterapia para psicoterapeutas: la visión de los formadores”, pueda ser integrado y publicado en el Trabajo de Obtención de Grado: **“Vivencia sobre el propio proceso psicoterapéutico cuando se ejerce la profesión de psicoterapeuta”**. La petición responde, a que las citas de entrevistas o comunicación personal que se consideran facilitan información esencial, que no se halla disponible en fuentes públicamente accesibles, contienen el nombre de la persona y la fecha de la comunicación. Por lo que se considera necesario que en los artículos científicos o académicos formales, que citen una entrevista o comunicación personal, se obtenga la autorización por escrito.

Por lo anterior descrito, confirmo que accedí, a que la entrevista fuera audio grabada y que respondí a las preguntas: ***¿Cómo comprendemos y explicamos “el requisito” de estar en un proceso psicoterapéutico personal, o iniciarlo al mismo tiempo que se inicia la participación en la formación como psicoterapeuta? (quiénes lo solicitan, cómo lo solicitan, qué argumentos se tienen, por qué y para qué se solicita, es decir qué se espera de este requisito, para qué sirve)***. Así mismo, declaro que, las respuestas que di al cuestionamiento constituyen mi opinión personal. Ratifico, que el contenido de la entrevista, una vez transcrita me fue enviada para su revisión y corrección en caso de que fuera necesario: clarificar, ampliar, dar sentido a una idea etc., y con el fin

de dar mi autorización para su publicación. Estoy enterado que en el documento público del Trabajo de Obtención de Grado aparecerá mi nombre, el mes y año en que revisé mi respuesta para su publicación y la institución formadora en la que participo o he participado.

Entiendo que la información será de utilidad para que la Lic. Martínez obtenga el grado de Maestría en Psicoterapia, que ella cursó en el ITESO, en vinculación con la Universidad Iberoamericana León, por lo que el contenido puede ser consultado para fines de investigación o asesoría en psicoterapia.

Atentamente
